

# L O

MAGAZINE  
KVLO.NL

**PRAKTIJK**

**Unihockey is floorball  
Trefbal en jagerbal zijn  
eindeloos**

**TOPIC**

# Autonomie- ondersteunend lesgeven

## TOPIC

## Autonomie-ondersteunend lesgeven

In LO 9 staan vijf topicartikelen. Ieder artikel beschrijft een aspect van autonomie-ondersteunend lesgeven bij bewegingsonderwijs. Het eerste artikel van Marike Semplonius en Jeroen Koekoek beschrijft de ervaringen van leerlingen van groep 7 en 8 in een 'vrije les' met digitale middelen. Mattijs Mussert beschrijft in zijn artikel de voordelen van zelfbeoordeling en vergelijkt de zelfbeoordeling door po-leerlingen met die van de docent. Gwendolijn Boonekamp concludeert in haar promotieonderzoek bij vmbo-leerlingen *What moves us?* dat het belangrijk is om naar perspectieven van leerlingen te luisteren, om samen met leerlingen te reflecteren op hun

beweegervaringen en hen te helpen een vertaling te maken naar andere contexten van het dagelijks leven buiten school. In het vierde artikel van Femke van Abswoude en anderen staan voorlopige opbrengsten uit het onderzoeksproject *Transitions into active living* bij leerlingen die overstappen van po naar vo. Zij beargumenteren dat het belangrijk is dat de docent inzicht creëert in het sociale netwerk van tieners en de individuele kenmerken en behoeften van elke leerling. Maarten Massink schetst in zijn topic-praktijkartikel hoe autonomie-ondersteunend lesgeven in de praktijk vorm kan krijgen.

12



## TOPIC

- 04** Autonomie-ondersteunend lesgeven in het basis-onderwijs | ONDERZOEK Marike Semplonius en Jeroen Koekoek
- 09** Zelfbeoordeling in het bewegingsonderwijs | ONDERZOEK Mattijs Mussert
- 12** Wat beweegt ons? | ONDERZOEK Gwendolijn Boonekamp, John Dierx en Erik Jansen
- 33** Het sociale netwerk van een tiener: de sleutel voor een actiever leven? (2) | ONDERZOEK Femke van Abswoude e.a.



Reageren op vakbladartikelen?  
[redactie@kvlo.nl](mailto:redactie@kvlo.nl)

## PRAKTIJK

- 17** Autonomie-ondersteunend lesgeven | TOPIC Maarten Massink
- 22** Gymles geven in het Engels heeft meerwaarde! | Christel de Jong
- 26** Unihockey is floorball | Henk Schuster
- 30** Trefbal en jagerbal zijn eindeloos (2) | Maarten Massink

## EN VERDER

- 36** De moderne gymzaal (9): Sportzaal en sporthal | Folkert Buiters en Odin Wenting

## INTERVIEW

- 38** Terugblik op samen 21 jaar hoofdbestuur KVLO | Ger van Mossel

## RUBRIEKEN

- 2** Inhoud
- 3** Voorwoord
- 42** Mery Graal
- 43** Recht
- 44** Onderwijs
- 45** Scholing
- 47** Nieuws

## Bonusartikelen

- B48** Mogen kinderen nog spelen in het bewegingsonderwijs? | TER DISCUSSIE Jaap Verhagen
- B52** Expertise in talentherkenning en talentontwikkeling | EN VERDER Sebastiaan Platvoet, Mark de Niet en Jasper de Greef
- B55** Afscheidsspeech ALV | Stella Salden

Scan de QR-code voor LO Magazine Digitaal met de bonusartikelen



<https://www.kvlo.nl/wat-we-doen/lo-magazine/>

Foto cover: Anita Riemersma

Colofon **Redactie:** Ger van Mossel (hoofdredacteur), Maarten Massink (praktijkredacteur), Hjalmar Zoetewei (webredacteur), Jacqueline Tangelder (redactiemedewerkster) **Redactieraad:** Monique van Ark, Berend Brouwer (VZ), Dilenne van Campen, Douwe van Dijk, Frank Gerritsen, Harold Hofenk, Frank Jacobs, Herman Verveld. **Redactieadres:** KVLO, Postbus 398, 3700 AJ Zeist, Tel.: 030 69 20 847, e-mail: [redactie@kvlo.nl](mailto:redactie@kvlo.nl). **Abonnementen:** Jaarabonnement € 63,50 (buitenland € 90,-) Losse nummers € 5,- (excl. verzendkosten). Iedere week verschijnt er een digitale nieuwsbrief. Aanmelden via [www.kvlo.nl](http://www.kvlo.nl). **Verschijningsdata:** zie [www.kvlo.nl](http://www.kvlo.nl). **Handelsadvertenties:** OnderwijsMedia, Tel.: 030 - 210 23 86, e-mail: [sales@onderwijsmedia.nl](mailto:sales@onderwijsmedia.nl), [www.onderwijsmedia.nl](http://www.onderwijsmedia.nl). **Vormgeving en opmaak:** FIZZ | Digital Agency - fizz.nl. Aanbieding en plaatsing van teksten en foto's houdt mogelijk gebruik via andere media-uitingen van de KVLO in, uiteraard met vermelding van auteur en fotograaf. Overname van artikelen is alleen toegestaan met bronvermelding en na goedkeuring van de auteur. De redactie is verantwoordelijk voor de samenstelling. Wij hebben dit magazine met uiterste zorg samengesteld. Wij hebben daarbij steeds getracht mogelijke rechthebbenden te achterhalen. Indien u onverhoopt rechten te kunnen doen gelden, dan verzoeken wij u dit kenbaar te maken bij de redactie.

## Allerlaatste voorwoord

Mijn allerlaatste voorwoord. Als eerste vrouwelijke voorzitter neem ik afscheid van de KVLO. Met weemoed, want het vakgebied zit in mijn genen. Wat ik ook doe, mijn achtergrond is mij dierbaar en is belangrijk in mijn werk en privéleven. De KVLO was als terugkomen op de Kalo in Tilburg, een prachtige vormende tijd waar ik tot op de dag van vandaag de vruchten van pluk, zowel privé als in het werk. De KVLO voelde voor mij onmiddellijk als een hechte club.

De afgelopen jaren waren zeer innoverend. We startten met veel inspiratie samen met de afdelingen, het bureau en het bestuur een nieuwe koers. Naast de invulling van de koers hebben we gekeken of de huidige bestuursstructuur nog past in de huidige tijd. Wat betekent goed besturen en *good governance*?

We hebben samen een missie: kinderen goed leren bewegen. We willen dat kinderen goed opgroeien, zowel motorisch, sociaal als emotioneel, zodat ze zich staande kunnen houden in de samenleving. Dat zij zichzelf verder kunnen ontwikkelen, maar ook oog hebben voor anderen. We staan als vakwereld voor maatschappelijke vraagstukken als het omgaan met digitalisering, diversiteit, inclusie en allerlei opvattingen over lichamelijkeheid.

Belangrijk is dat we het gesprek met elkaar blijven aangaan. We mogen daarbij met name de jongeren niet vergeten waar het bewegen niet zo vanzelfsprekend is. Het mbo mag meer aandacht krijgen, maar ook de groeperingen die 'buiten' de samenleving staan. Ik denk hierbij aan vluchtelingen en arbeidsmigranten waarin het bewegen een andere betekenis en uiting heeft.

Ik sluit af met een woord van dank. Als eerste wil ik alle docenten lichamelijke opvoeding bedanken die zich iedere schooldag inzetten om de jeugd goed, gezond en met plezier te laten bewegen. Ik wil mijn medebestuurleden bedanken voor alle steun in de afgelopen jaren. Ik ga jullie zeker missen. Ook wil ik het bureau bedanken dat altijd klaarstond met een geweldige ondersteuning.

Ik kijk terug op een inspirerende voorzittersperiode. Ik ben er trots op dat ik samen met de fantastische HB-leden deze toonaangevende vakorganisatie in de lichamelijke opvoeding heb mogen besturen. Ik wens mijn opvolger heel veel succes en plezier toe. Ik wens jullie allemaal een welverdiende kerstvakantie toe.

**Stella Salden**



# Autonomie- ondersteunend lesgeven in het basisonderwijs

**Hoe kunnen vakleerkrachten in het basisonderwijs hun leerlingen leren om zelfstandig te werken? Een interessante vraag, want om het principe van zelfstandig werken in het bewegingsonderwijs goed voor elkaar te krijgen is vaak een flinke dosis inzet en ondersteuning nodig. Misschien zelfs een methodische aanpak. Binnen het netwerk van vakleerkrachten BO (Stichting AWBR) in Amsterdam West wordt sinds enkele jaren gewerkt volgens het principe van 'autonomie-ondersteunend lesgeven'. Om meer inzicht te krijgen in deze ontwikkeling is onderzocht wat leerlingen vinden van deze manier van werken in de gymles. In dit artikel geven we een eerste indruk van de resultaten. Uit dit praktijkonderzoek blijkt dat leerlingen niet altijd in zijn voor het nemen van zelfstandige beslissingen op basis van zelfregulerende processen zoals het zelf kiezen van bewegingsactiviteiten of op specifieke momenten feedback vragen aan de docent.**

| Tekst Marike Semplonius en Jeroen Koekoek

leerdoelen in het onderwijs, maar in de lessen bewegingsonderwijs krijgt het ook een zeer waardevolle invulling. Er bestaan verschillende opvattingen over zelfstandig werken in de gymles. Ook zijn er variaties in zelfstandig werken mogelijk. Binnen dit didactisch spectrum kan grofweg een onderscheid worden gemaakt tussen bewegen regelen (leren samen reguleren) en zelfregulatie. We lichten eerst deze twee principes toe voordat het accent wordt gelegd op het uitgevoerde onderzoek naar autonomie-ondersteunend lesgeven.

In het bewegen regelen zit de gezamenlijkheid van de groep en de sociale interacties tussen leerlingen. Een beweegsituatie door leerlingen samen laten reguleren is een onderwijsproces dat veel verwantschap heeft met andere leergebieden zoals burgerschap. De gymles wordt steeds meer beschouwd als een context die vergelijkbaar is met wat er gebeurt in de maatschappij. Denk bijvoorbeeld aan de wijze waarop een groep op een democratische wijze leert beslissingen te nemen over de voortgang van een onderwijsproces. Uit de contouren van Curriculum.nu wordt duidelijk dat leerlingen het belang moeten leren van het maken van regels en afspraken om uiteindelijk samen te kunnen bewegen. In de maatschappij zijn er regels, taken en rollen om goed met elkaar te kunnen samenleven. Het leerdomein bewegen en sport is onderdeel van deze maatschappij.

**A**l decennia lang wordt in het basisonderwijs de nadruk gelegd op het bevorderen van zelfstandig leren en (samen)werken door leerlingen. Zelfstandig werken biedt ruimte voor leerkrachten om differentiatie toe te passen in de les. Bovendien stimuleert het leerlingen verantwoordelijkheid te nemen voor hun eigen leerproces waardoor minder afhankelijkheid ontstaat van de leerkracht (SLO, 2021). Inzichten uit onderzoek naar motivatiepsychologie laten zien dat zelfstandig leren werken ervoor zorgt dat de autonomie en competentie van leerlingen worden vergroot (Deci & Ryan, 2004). Dit

staat vaak in contrast met didactiek waarbij de leerkracht voornamelijk zelf het leerproces aanstuurt of zelfs voorschrijft.

In het bewegingsonderwijs wordt zelfstandig werken in kleine groepen, in tegenstelling tot klassikale lessen (en docent gecentreerde instructie), ook steeds meer gezien als de route waardoor leerlingen beter leren bewegen. De toename in motivatie van leerlingen door ervaren autonomie in gymlessen is een van de belangrijkste redenen om deze werkwijze in de les toe te passen. Zelfstandig werken is een didactiek dat in algemene zin bijdraagt aan leerprocessen en

//

De toename in motivatie door ervaren autonomie is een van belangrijkste redenen om zelfstandig te werken in groepen

In het vakgebied Burgerschap is dan ook, net zoals in bewegen en sport, een bouwsteen opgenomen dat heet 'Bewegen regelen'. Deze bouwsteen is bedoeld om de bouwstenen 'Vrijheid en gelijkheid' en 'Macht en inspraak' te kunnen oefenen. In de opbouw van dit curriculum wordt duidelijk dat van leerlingen het nodige wordt verwacht tijdens de schoolperiode. Het is een flinke uitdaging voor het bewegingsonderwijs om leerlingen op een systematische (methodische) wijze, via een positieve benadering, in een veilige omgeving in aanraking te laten komen met deze onderwijsprocessen via sociale interacties.

Naast het aspect van het samen regelen heeft zelfstandig werken ook te maken met leerling specifieke elementen zoals zelfregulatie. Zelfregulatie is meer gericht op de processen die een leerling als individu leert. Zimmerman (2002) duidt zelfregulatie als de mate waarin leerlingen op het gebied van metacognitie, motivatie en gedrag actief participeren in hun eigen leerproces. Denk bijvoorbeeld voor bewegingsonderwijs aan actieve betrokkenheid van leerlingen bij het oplossen van beweeguitdagingen. Onderzoek van Duivenvoorden, Van der Kamp, Van Hilvoorde en Savelsbergh (2021) laat zien dat deze betrokkenheid ook de beweegvaardigheid verbetert en de toepasbaarheid vergroot van geleerde vaardigheden in andere contexten. Duivenvoorden et al. (2021) gaven in hun onderzoek naar zelfregulatie leerlingen vrijheid om zelf keuzes te maken in hoe moeilijk zij een taak wilden maken. Een deel van de leerlingen dacht in het maken van deze keuze na over hun strategie. Zelfregulatie zoals dat op deze manier wordt opgevat, heeft als doel om leerlingen in de gymlessen leerprocessen op een meer duurzame en diepgaande manier door te laten maken. Zo ontstaat er een betere inbedding van de kennis en vaardigheden die leerlingen leren. Tegelijkertijd heeft deze manier van betrokkenheid ook invloed op de ontwikkeling van de beweegidentiteit van leerlingen. Namelijk, in het leren nemen van beslissingen in beweegsituaties en in het leren samen reguleren, krijgen leerlingen meer



## De motivatie is over het algemeen hoog bij autonomie-ondersteunend bewegingsonderwijs: de vrije les

duidelijkheid voor zichzelf over de rol en bijdrage die zij daarin zelf hebben en leveren. Maar ook hoe zij zich daarin presenteren en hoe zij door anderen worden waargenomen.

### Autonomie-ondersteunend lesgeven

Zelfstandig werken in de gymlessen worden opgevat als een overkoepelende didactiek die is opgebouwd uit elementen zoals het hierboven beschreven leren (samen) regelen en toepassen van zelfregulatie. Een andere (derde) didactische variant die goed past bij zelfstandig werken is het principe van autonomie-ondersteunend lesgeven. Deze werkwijze is stevig geïntegreerd binnen het

netwerk van vakdocenten bewegingsonderwijs in Amsterdam West (stichting Amsterdam West binnen de Ring; AWBR). Autonomie-ondersteunend lesgeven bestaat uit verschillende componenten, zoals het geven van een betekenisvolle uitleg, het gebruiken van niet-dwingende taal, het aanbieden van keuzemogelijkheden en het zich kunnen verplaatsen in leerlingen binnen een bepaalde structuur (Hornstra, Weijers, Van der Veen, & Peetsma, 2016).

Binnen het netwerk van stichting AWBR wordt autonomie-ondersteunend lesgeven (naar leerlingen) geduid als de 'vrije les'. In een vrije les worden minstens zes beweegactiviteiten vanuit verschillende leerlijnen aangeboden. Vooraf aan de les worden de activiteiten kort uitgelegd, vaak door het benoemen van regulerings- of bewegingsdoelen voor leerlingen. Na de specifiek korte uitleg van de docent zijn leerlingen vrij om te kiezen welke activiteiten zij voor een onbepaalde tijd gaan beoefenen. Leerlingen dragen verantwoordelijkheid voor de inrichting van hun eigen leerproces. Zo bepalen zij zelf het aantal activiteiten, de volgorde en de duur van beoefenen van de activiteiten binnen de gymlessen. Binnen de activiteiten worden de leerlingen uitgedaagd om veelal hun eigen invulling te geven aan de beweeguitvoering of



aan het met elkaar samen reguleren. In de vrije les is er voor de docent voldoende mogelijkheid om te differentiëren in de arrangementen voor leerlingen. Maar er is ook ruimte om dit aan de leerlingen zelf over te laten. Als gevolg van autonomie-ondersteunend lesgeven krijgen leerlingen ook meer de autonomie om zelfregulerend feedback te vragen van de docent. De docent krijgt hierdoor een andere rol en probeert door middel van het stellen van vragen te voldoen aan de behoefte van de leerling. De docent probeert in de les het proces te sturen op zelfstandig werken en samen reguleren.

### Onderzoek naar autonomie-ondersteunend bewegingsonderwijs

Het onderzoek naar de perspectieven op zelfregulerende processen van leerlingen is tot stand gekomen als gevolg van een hulpvraag vanuit het netwerk AWBR. De vakdocenten vroegen zich af in hoeverre autonomie-ondersteunend lesgeven en zelfregulatie leerlingen motiveert en of metacognitieve vaardigheden worden geactiveerd. Een belangrijk doel is dat het vakgebied bewegingsonderwijs aansluit op de algemene visie van de stichting, waarin eigenaarschap van het leerproces, onderwijs op maat en het vergroten van zelfstandigheid bij de leerlingen belangrijke onderdelen zijn.

Op basis van deze vraagarticulatie is een kwalitatief exploratief onderzoek opgezet voor twee klassen op een Amsterdamse basisschool om de perspectieven van leerlingen uit groep 7 en 8 in kaart te brengen over gymlessen met een autonomie-ondersteunende setting (Semplonius, 2021). Aangrijpingspunt was het in kaart brengen van hun gedachten en ideeën, over wat leerlingen bijvoorbeeld vinden van de invloed en ruimte die ze in meer of mindere mate ervaren in de les. In detail gingen de gesprekken over het zelf mogen uitzoeken en bepalen van hoe leerlingen hun eigen waardering zichtbaar kunnen maken en of zij vinden dat hun eigen inbreng een positieve bijdrage levert aan het leerproces.

Het onderzoek werd uitgevoerd op basis van een lessenreeks waarin processen van zelfstandig werken binnen de 'vrije les' centraal stond. In deze 'vrije lessen' werden wekelijks zes beweegactiviteiten aangeboden. Binnen de les was ruimte voor de inbreng van de leerlingen. Zij kregen de mogelijkheid zelf het arrangement en de regels (tot op een zekere hoogte) aan te passen of toe te voegen. Tijdens de reeks werd er wekelijks één activiteit gegeven op basis van video-instructie, video-feedback en zelfgestuurde feedback. De video-instructie bestond uit beschrijvingen

van meerdere beweegniveaus en de beweeguitvoeringen konden op een iPad worden teruggekeken. Bovendien was de docent beschikbaar om verbale of fysieke leerhulp te geven. Door middel van digitale monitoring en evaluatie werd het leerproces in kaart gebracht. Ook voor deze activiteit waren de leerlingen vrij in hun keuze om al dan niet te gaan oefenen. Met behulp van focusgroep gesprekken zijn de perspectieven van leerlingen in kaart gebracht.

### Een geladen perspectief op 'vrijheid krijgen' in de gymlessen

Uit de gesprekken met leerlingen kwam naar voren dat de motivatie van de leerlingen over het algemeen hoog is als het gaat om deelname aan autonomie-ondersteunend bewegingsonderwijs (de vrije les). Leerlingen hechten veel waarde aan 'vrijheid' en het maken van hun eigen keuzes met eigen inbreng. Bewegingsonderwijs wordt dan ook gezien als een vrijplek omdat op andere momenten in de klas al veel momenten van verplichtingen door leerlingen worden ervaren. Leerlingen raakten zelfs al minder gemotiveerd wanneer de docent tijdens de les al een bepaalde sturing aanbracht. Opvallend was dat leerlingen niet alleen positief zijn over hun deelname aan 'vrije lessen'. Leerlingen willen actief deelnemen als





## Zelfstandig werken in de gymles bevat didactische principes van leren (samen) regelen, zelfregulatie en autonomie-ondersteunend lesgeven

bewegingsactiviteiten aansprekend genoeg zijn en als ze voornamelijk plezier geven. Bewegingsactiviteiten die niet uitdagend of interessant genoeg zijn, met de gegeven vrijheid die leerlingen krijgen in een vrije les, hebben volgens hen extra negatieve invloed op beleefde motivatie en plezier in de les. Deze leerlingen benoemden echter ook specifieke bewegingsactiviteiten die juist te uitdagend waren. De toegezegde vrijheid in het maken van keuzes door de docent zorgden er dan voor dat leerlingen dit type bewegingsactiviteiten juist probeerden te vermijden. Leerlingen hadden een voorkeur voor een goede afwisseling van lessen in groepjes en klassikaal.

Door zelfstandig werken tijdens de vrije les te organiseren is duidelijk geworden dat leerlingen vriendschappen erg belangrijk vinden in hun motivatie om goed mee te blijven doen tijdens de les. De meeste bewegingsactiviteiten werden in de les

gekozen op basis van vriendschapsrelaties. Het bevestigt dat sociale interacties een belangrijke rol spelen in de beleving van kinderen en hoe zij het leerproces ervaren (Koekoek & Knoppers, 2015). Ook door het werken met een digitale methode (video-instructie, video-feedback en monitoring) raakten bepaalde leerlingen meer gemotiveerd. De leerlingen vonden dat ze meer inzicht kregen in hun eigen vaardigheid en ook beter gingen leren door te reflecteren op het eigen proces. Dat perspectief werd echter niet door alle leerlingen gedeeld. Sommige leerlingen vonden dat feedback krijgen van klasgenoten, video-instructies bekijken en ook nog het eigen beweeggedrag monitoren vaak te veel tijd kosten in de les. Met het gebruik van de digitale methode wordt volgens hen juist de vrijheid van kiezen ingeperkt. Niet op basis van beelden gaan bewegen, maar juist een eigen manier vinden of oplossing bedenken werd uitgesproken

door meerdere leerlingen: "We willen gewoon spelen".

### Conclusie

In dit artikel hebben we beschreven wat leerlingen van groep 7 en 8 vinden van een autonomie-ondersteunende setting met behulp van digitale middelen. Over het algemeen waarderen leerlingen de vrijheid om tijdens de les zelfstandig beslissingen te kunnen en mogen nemen. Bijvoorbeeld ten aanzien van het zelf beoordelen en het samen reguleren van bewegings-situaties. Maar er is ook een andere kant van het verhaal, waarbij leerlingen de beperkingen van deze didactiek zien en de nadrukkelijke inbreng van hun docent juist waarderen. Bewegen regelen en zelfregulatie zijn belangrijke onderwijsprocessen die in de praktijk van de gymles een genuanceerde aanpak vragen. Onderzoek naar nut en noodzaak van zelfstandig werken in de gymles blijft voorlopig nog een interessant thema. Daarbij is het perspectief van leerlingen op deze processen een belangrijke factor om rekening mee te houden. ●



### Bronnen

Scan de QR-code naar de bronnen



[bit.ly/3GMQ3SG](https://bit.ly/3GMQ3SG)

### Contact

[m.semplonius@hva.nl](mailto:m.semplonius@hva.nl)

[jh.koekoek@windesheim.nl](mailto:jh.koekoek@windesheim.nl)

**Marieke Semplonius** is vakleerkracht bewegingsonderwijs binnen de stichting AWBR en verbonden als opleidingsdocent aan de alo van de HvA. Marieke is in 2021 afgestudeerd aan de master LO en sportpedagogiek van de Calo.

**Jeroen Koekoek** is als docent-onderzoeker verbonden aan de Calo en het lectoraat Bewegen, School & Sport van Hogeschool Windesheim. Daarnaast is Jeroen docent in de master LO en sportpedagogiek.

### Foto's

Marieke Semplonius en Anita Riemersma

### Kernwoorden

autonomie-ondersteunend lesgeven, zelfregulatie, basisonderwijs, bewegen regelen

# Zelfbeoordeling in het bewegingsonderwijs

**Zelfbeoordeling betreft leerlingen bij het denken over de kwaliteit van hun eigen werk in plaats van te vertrouwen op de docent als enige bron van evaluatie. Beoordelen van bewegingsonderwijs houdt de gemoederen van docenten al geruime tijd bezig. De meningen en visies liggen soms ver uiteen. De kwaliteit van beoordelen in het bewegingsonderwijs is niet gewaarborgd, Van Dokkum (2011) geeft aan: "eigenlijk doen we maar wat...". Dit terwijl het evalueren van leerlingen, samen met pedagogiek en het leerplan, het fundament is van goed bewegingsonderwijs (Penney et al., 2009). In dit artikel worden de voordelen van zelfbeoordeling besproken en praktische aanbevelingen gedaan.**

| Tekst Mattijs Mussert

### Summatief en formatief beoordelen

Savelkoul (2015) concludeert in haar onderzoek naar beoordeling van bewegingsonderwijs op de basisschool dat er nauwelijks sprake is van kwaliteitsnormen op het gebied van de beoordeling. Hoewel het beoordelen van bewegingsonderwijs op dit moment onvoldoende is, is wel duidelijk waar een goed beoordelingssysteem aan moet voldoen. Dit bestaat uit vijf normen; een helder doel, duidelijke normen, goed ontwerp, effectieve communicatie en leerling betrokkenheid (Melograno, 2007).

In het bewegingsonderwijs op de basisschool wordt vooral op een summatieve manier beoordeeld (Mussert, 2019). Door middel van een cijfer wordt aangegeven wat het behaalde niveau van de leerling is. De prestatie van de leerling wordt vergeleken met klasgenoten of met criteria en normen die voor iedere leerling gelijk zijn (Krijgsman & Maes, 2015). De afgelopen jaren is er kritiek ontstaan over deze manier van beoordelen. Er blijkt geen goede afstemming te zijn tussen de leerdoelen, de leeractiviteiten en de manier van evalueren (AIESEP).

### Zelfbeoordeling

Het doel van formatieve zelfbeoordeling is het genereren van feedback die het leren en verbetering in resultaten stimuleert (Andrade, 2019). Voor leerlingen van alle leeftijden geldt dat zelfbeoordeling het leren verbetert, de leerlingen het gevoel geeft dat ze controle hebben over hun beoordeling, het de autonomie ontwikkelt, de kwaliteit van het werk verbetert en zorgt voor een beter begrip (Papanthymou & Darra, 2019). Zelfbeoordeling betreft leerlingen bij het denken over de kwaliteit van hun eigen werk in plaats van te vertrouwen op de docent als enige bron van evaluatie (Andrade, 2019).

Brown en Harris (2013) bevestigen dat zelfbeoordeling de schoolresultaten en het leren van de leerlingen verbetert. Ook bevordert zelfevaluatie de motivatie (McMillan & Hearn, 2008). De inzet van zelfbeoordeling zorgt dat leerlingen meer autonomie en betrokkenheid ervaren. Papanthymou en Darra concluderen in hun review dat het gebruik van zelfbeoordeling leerlingen in het basisonderwijs motiveert (2019).

### Leerresultaten

Bij zelfbeoordeling observeren, beoordelen en waarderen leerlingen hun bereikte niveau. Deze perceptie draagt bij aan hun verwachting dat ze soortgelijke taken in de toekomst ook succesvol kunnen uitvoeren. Deze verwachting heeft invloed op de doelen en de inzet van de leerlingen. Leerlingen die verwachten dat ze succesvol zullen zijn, stellen hogere doelen voor zichzelf en blijven doorzetten bij moeilijkheden (Bandura, 1997). Als zelfbeoordeling wordt ingezet in het bewegingsonderwijs valt daarom te verwachten dat de leerlingen een hogere vaardigheid weten te halen (Ni Chrónín & Cosgrave, 2013; Panadero et al., 2014; Peyton, 2017).



Zelfbeoordeling zorgt ervoor dat leerlingen meer autonomie en betrokkenheid ervaren



Van alle onderzoeken naar zelfbeoordeling zijn er maar weinig gedaan in het vak bewegingsonderwijs. Deze onderzoeken in het bewegingsonderwijs zijn vooral gericht op de mogelijke voordelen en niet op de nauwkeurigheid van het zelfbeoordelen. Peyton (2017) beschrijft dat in het secundair onderwijs zelfbeoordeling in het vak bewegingsonderwijs helpt om toekomstige vaardigheden te verbeteren en zorgt voor een betere motivatie en zelfeffectiviteit. Uit de review van Papanthymou en Darra (2019) blijkt dat de voordelen van zelfbeoordeling in cognitieve vakken hetzelfde zijn voor alle leerlingen van primair en secundair onderwijs. In deze studies worden verhoogde motivatie en een verbetering in het leren en de prestaties genoemd. Het is daarom aannemelijk dat de voordelen voor het bewegingsonderwijs die Peyton (2017) in het secundair onderwijs heeft gevonden ook gelden voor het primair onderwijs.

Ondanks de genoemde voordelen blijkt dat zelfbeoordeling in de praktijk nog niet op grote schaal wordt ingezet (Panadero et al., 2014). De belangrijkste



## Als zelfbeoordeling regelmatig ingezet wordt, zijn leerlingen minder bang om 'minder hoog' te scoren

reden van docenten om geen zelfbeoordeling te gebruiken is de twijfel over de nauwkeurigheid van zelfbeoordeling of de consistentie tussen het oordeel van de leerling en het oordeel van de docent (Brown & Harris, 2013; Panadero et al., 2014; Ross, 2006). Uit diverse onderzoeken blijkt dat leerlingen de neiging hebben tot overschatten van hun prestaties (Brown & Harris, 2013; Minelgaite et al., 2019).

Dat jonge kinderen zichzelf overschatten lijkt niet bewust te zijn, maar een gevolg van de cognitieve beperking van het ontwikkelingsstadium waar het kind in zit (Boseovski, 2010; Piaget, 1976). Kinderen in het primair onderwijs zitten in de concreet operationele fase, deze fase loopt vanaf het zevende

levensjaar tot elf- of twaalfjarige leeftijd. Naarmate kinderen zich ontwikkelen, worden hun cognitieve processen geavanceerder en minder vatbaar voor overschatting, wat resulteert in een meer nauwkeurige zelfbeoordeling (Butler, 1990; Keane & Griffin, 2015).

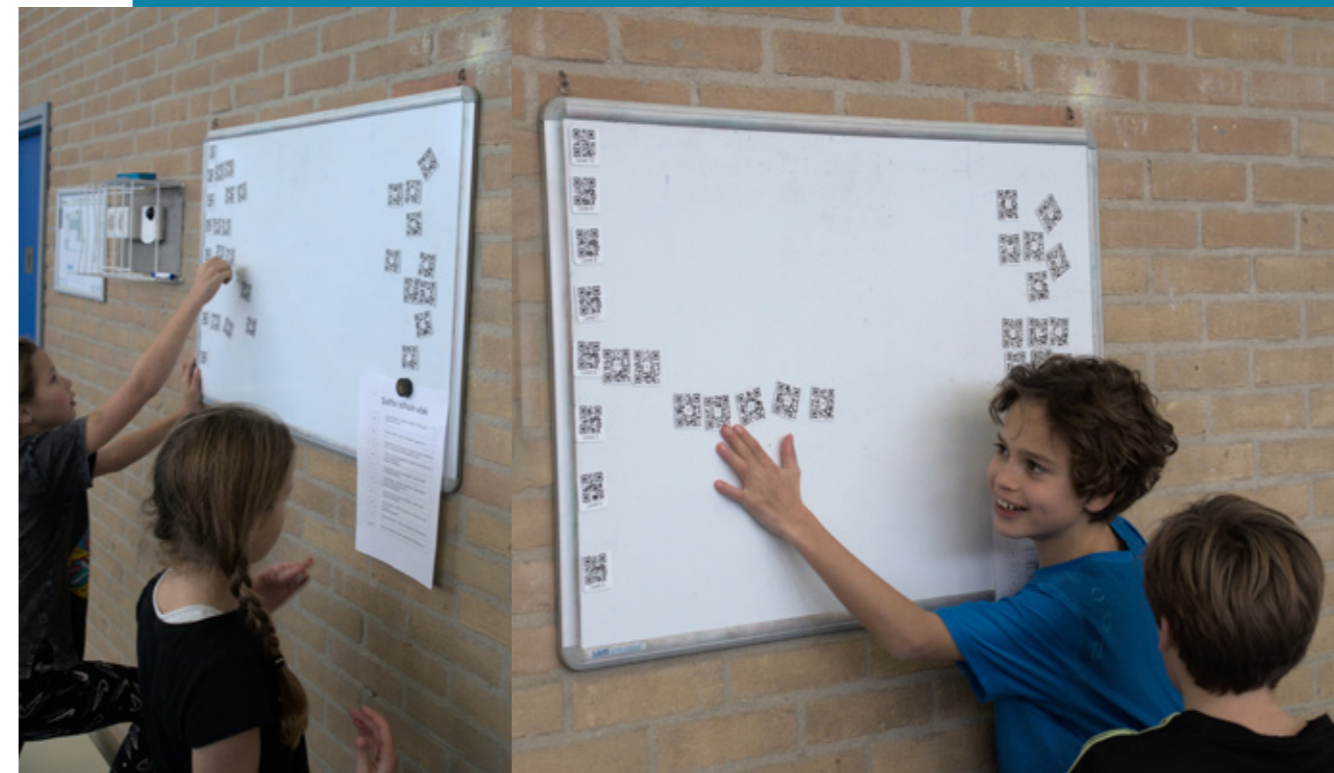
### Onderzoek

Er is onderzoek gedaan om inzicht te krijgen in de nauwkeurigheid van zelfbeoordeling bij het vak bewegingsonderwijs op de basisschool. In dit onderzoek is gekeken naar de overeenkomst en het verschil tussen het docent oordeel en het leerling(zelf)oordeel. Leerlingen van groep 6 en groep 8 hebben tijdens het onderzoek een vaardigheid geoefend op basis van een niveaukaart van tien stappen. De leerlingen hebben genoteerd welk niveau zij hebben behaald en dit is achteraf vergeleken met het oordeel van de docent.

Uit het onderzoek is gebleken dat leerlingen zichzelf iets hoger inschatten dan de docent. Er is echter een sterk verband ontdekt tussen het oordeel van de docent en het zelfoordeel van de leerling, dit zorgt ervoor dat het gebruik van zelfbeoordeling waardevolle informatie kan geven aan de docent bewegingsonderwijs.

### Aanbeveling

Om succesvol gebruik te maken van zelfbeoordeling is het essentieel dat de criteria waarop de leerlingen zichzelf beoordelen duidelijk zijn en moeten de leerlingen de ruimte krijgen om zichzelf te verbeteren (H. Andrade & Valtcheva, 2009a; Ross, 2006). Als zelfbeoordeling regelmatig ingezet wordt, vooral als observatie of registratie van het niveau, raken leerlingen vertrouwd met zelfbeoordeling en minder bang om 'minder hoog' te scoren (González-Betancor et al., 2017). Als zelfbeoordeling direct aan een rapport- of



toetscijfer gekoppeld wordt, zal dit de nauwkeurigheid van zelfbeoordeling negatief beïnvloeden.

De verkregen data is, behalve als beoordeling, ook te gebruiken om het (begin)niveau van een klas te bepalen, het effect van de leraar en zijn lesmethode te controleren, leerdoelen te bepalen voor leerlingen en leerlingen te motiveren binnen het bewegingsonderwijs.

Belangrijker nog zijn de voordelen van zelfbeoordeling. Het aanleren van zelfbeoordeling en zelfevaluatie zorgt voor een essentiële ontwikkeling bij kinderen die inzetbaar is tijdens de gehele schoolloopbaan. Leerlingen leren zichzelf te evalueren en op grond daarvan zich te verbeteren, met andere woorden zij leren te leren.

### Zelfbeoordeling in de praktijk

Zelfbeoordeling toepassen in de praktijk kan op diverse manieren. Enkele voorbeelden zijn *active reviewing*, een *exit check* en vragen stellen. Een nadeel van deze methoden kan zijn dat het registreren van de uitkomsten lastig uit te voeren is of veel tijd kost. In klaslokalen wordt regelmatig

gebruik gemaakt van reflectie met knijpers of naamkaartjes. Ook hiervoor geldt dat de verkregen informatie lastig te bewaren is. Er zijn ook enkele leerlingvolgsystemen waar zelfbeoordeling een rol speelt, hierbij moeten de leerlingen zelf hun score invoeren op een tablet, computer of met pen en papier.

Het systeem Gymladder is specifiek ontwikkeld om de voordelen van het zelf beoordelen te combineren met gebruiksgemak voor de docent. De docent ziet tijdens de les met één blik op het whiteboard of er leerlingen extra hulp of uitdaging nodig hebben. Het registreren van de leerling niveaus kost nauwelijks lestijd en gebeurt zonder dat de leerlingen worden afgeleid door een tablet of computer. De leerlingen kiezen met behulp van een stappenplan hun startniveau, gaan aan het werk en hangen hun persoonlijke magneetkaartje op het whiteboard als het gekozen niveau behaald is (zie afbeelding). Daarna lezen ze de volgende stap en gaan daarmee verder. De docent scant aan het einde van de les de kaartjes met de Gymladder webapplicatie en heeft zo snel een compleet overzicht van de resultaten van de gehele klas. ●



#### Bronnen

Scan de QR-code naar de bronnen



[bit.ly/3gKfSlr](https://bit.ly/3gKfSlr)

#### Contact

[mattijs@gymladder.nl](mailto:mattijs@gymladder.nl)

**Mattijs Mussert** is docent bewegingsonderwijs op Daltonschool Klaverweide en ontwikkelaar van Gymladder

Voor meer informatie zie



<https://gymladder.nl/onderzoek/>  
Voor het onderzoeksverslag zie



<https://tinyurl.com/3ucab2ya>

#### Foto's

Mattijs Mussert

#### Kernwoorden

zelfbeoordeling, beoordelen, formatief



# Wat beweegt ons?

Hoe de school een sleutelrol kan spelen voor een leven lang bewegen?

**Bewegen draagt bij aan fysieke en mentale gezondheid en welzijn gedurende het hele leven (World Health Organization, 2016, 2018). Echter, erg veel jonge mensen stoppen met bewegen, ondanks allerlei activiteiten, programma's en interventies. Dit is wereldwijd een probleem, ook in Nederland en vooral in het vmbo (Guthold et al., 2020; Slot-Heijs & Lucassen, 2018; World Health Organization, 2018). Het is duidelijk dat er behoefte is aan andere strategieën die het plezier in bewegen stimuleren.** | **Tekst** Gwendolijn Boonekamp, John Dierx en Erik Jansen

Scholen kunnen een belangrijke rol spelen in het ontwikkelen van het vermogen van leerlingen om een leven lang te bewegen (Dadaczynski et al., 2020). In het promotieonderzoek van Gwendolijn

Boonekamp hebben we onderzocht hoe het vermogen een leven lang te bewegen kan worden bevorderd bij adolescenten in Nederland. Dit onderzoek is gebaseerd op de data en ervaringen binnen het SALVO-project (Stimuleren Actieve leefstijl VMBO

Onderwijs) dat is uitgevoerd door HAN Sport en Bewegen en de Hogeschool van Amsterdam, samen met hun studenten en 22 vmbo-scholen.

Het onderzoek startte vanuit de gedachte om leerlingen in staat te stellen een leven lang fysiek actief te blijven, het van belang is dat zij hun handlingsvermogen of 'agency' daartoe ontwikkelen. Daarvoor is het van belang leerlingen:

- te leren reflecteren op de betekenis van hun beweegervaringen in het licht van hun mogelijkheden en eigen doelen;
- actief te betrekken bij het vormgeven van het beweegaanbod zodat die betekenisvol voor hen zijn;
- te ondersteunen bij het maken van de vertaalslag van deze ervaringen en activiteiten naar hun eigen contexten (buurt, thuis, tuin, vereniging).

De Gezonde school-aanpak weer spiegelt deze benadering, door de ontwikkeling van kinderen te ondersteunen door de schoolomgeving te gebruiken om bewegen te stimuleren (Barnekow et al., 2006; Buijs, 2009; De Róiste et al., 2012). Ook de salutogenese theorie ondersteunt deze aanpak (Jensen et al., 2022). De salutogenese richt zich op wat mensen gezond houdt in plaats van wat ze ziek maakt (Antonovsky, 1987). Daarbij speelt het gevoel van coherentie een grote rol in of iemand een goede gezondheid en kwaliteit van leven ervaart (Lindström & Eriksson, 2010). Dit gevoel wordt in belangrijke mate bepaald door iemands gevoel de wereld om zich heen te kunnen begrijpen, te managen en of die wereld betekenisvol is. Daarbij ligt de focus op het in kaart brengen van factoren of 'assets' die gezondheid,



//

Het is belangrijk dat leerlingen autonomie en vrijheid ervaren

//

## Benader leerlingen persoonlijk over welk beweegmotief van waarde is voor een 'leven lang actief zijn'

en in ons geval bewegen, mogelijk maken. Zowel de Gezonde school-benadering als de inzichten uit de salutogenese pleiten voor een schoolklimaat dat leerlingen in staat stelt handlingsvermogen of 'agency' te ontwikkelen om hun eigen (beweeg)

gedrag en context te beïnvloeden. Om het idee van het ontwikkelen van agency te onderzoeken hebben we vier studies uitgevoerd:

- Een conceptuele studie naar agency en het belang van het ontwikkelen van agency door adolescenten ten

aanzien van bewegen. <https://doi.org/10.1093/heapro/daab073>

- De ontwikkeling van een aanpak om leerlingen met elkaar in dialoog te brengen over bewegen: *De Triple I (Interactive Interviewing & Imaging)* <https://doi.org/10.1080/09650792.2019.1693410>
- Wat zijn de perspectieven van leerlingen op bewegen als je ze vraagt naar hun assets? <https://doi.org/10.1177%2F1356336X20970215>
- Welke ruimte bieden scholen voor de ontwikkeling van bewegingsgerichte agency of handlingsvermogen? <https://doi.org/10.3390/ijerph19159028>



### Agency

In de eerste studie hebben we het concept 'agency' en de relevantie voor bewegen uitgewerkt (Boonekamp et al., 2022). Daaruit volgde het belang van het geven van autonomie en vrijheid aan leerlingen om zich bezig te houden met beweegactiviteiten die passen bij wat zij belangrijk vinden, hun eigen doelen. Daaruit volgde het inzicht dat de perspectieven en de stem van leerlingen van belang zijn om een beweegaanbod te kunnen creëren dat voor hen begrijpelijk, betekenisvol en hanteerbaar is.

### Triple I: hoe breng je leerlingen met elkaar in dialoog over bewegen?

Om de perspectieven van leerlingen te achterhalen is in de tweede studie een methode ontwikkeld op basis van twee bestaande (actieonderzoek) methodieken, te weten Photovoice en de Structured Interview Matrix (Boonekamp et al., 2020; O'Sullivan et al., 2009; Wang et al., 1998). We hebben deze methodieken aangepast en gecombineerd tot een procedure die toegepast kan worden met een klas in de schoolcontext. De procedure heet 'Triple I': Interactive Interviewing and Imaging. Leerlingen gaan aan de hand van deze procedure met elkaar in gesprek over hun perspectieven op

bewegen. Ze doen dat aan de hand van vragen en hun eigen beelden ten aanzien van vier uit de literatuur bekende categorieën aan hulpbronnen die fysieke activiteit beïnvloeden:

- talenten
- passies
- sociale omgeving
- fysieke omgeving

### Wat zijn de perspectieven van leerlingen op bewegen?

Aan de hand van deze Triple I-methode zijn in een derde studie de perspectieven van drieënnegentig leerlingen van vier scholen in de leeftijd van 12-14 jaar, thematisch geanalyseerd (Boonekamp et al., 2021). Dit resulteerde, naast allerlei aanknopingspunten voor activiteiten binnen de vier thema categorieën, ook in twee belangrijke inzichten:

- dat leerlingen beweegactiviteiten moeten zien als zinvol, aantrekkelijk, contextueel mogelijk en hanteerbaar voordat ze eraan beginnen;
- dat ze daarbij zeer verschillende redeneringen hanteren om te beslissen of ze al dan niet meedoen.

Dit wijst erop dat het niet actief deelnemen aan fysieke activiteiten geenszins het resultaat van een passieve levenshouding is, maar van een bewust en rationeel proces van afwegingen vanuit het persoonlijk

perspectief van de jongeren op basis van de realistische mogelijkheden die zij zien. Deze inzichten hangen samen met het eerder beschreven concept 'agency': om 'in beweging te komen en te blijven' is het belangrijk dat leerlingen de autonomie en de vrijheid ervaren om hun beweegactiviteiten mede vorm te geven en te kiezen zodat ze passen bij wat voor hen belangrijk is. Daarbij is het van belang dat hun context hen daartoe ook in staat stelt, zowel binnen school als in hun eigen leefomgeving thuis, in de buurt of bij of bij de sportvereniging (Boonekamp, 2022).

### Bewegingsgerichte agency of handelingsvermogen

Gebaseerd op de *whole school approach en social practice theory* hebben we in de laatste studie onderzocht in hoeverre sociale schoolpraktijken leerlingen een stimulerende omgeving bieden waarin zij dit handelingsvermogen voor bewegen kunnen ontwikkelen (Lewallen et al., 2015; Shove et al., 2012; Spotswood et al., 2021). Daartoe analyseerden we beleidsdocumenten, interviews en focusgroepen met schoolmanagers, leraren en combinatiefunctionarissen van zes vmbo-scholen. De resultaten toonden aan dat, hoewel scholen allerlei gevarieerde beweegactiviteiten en -mogelijkheden aanbieden, het in

Gesprek met Gwendolijn over de relatie breed motorisch opleiden en de uitkomsten van haar promotieonderzoek 'Wat beweegt ons'.

Breed motorisch opleiden impliceert onder meer dat vakdocenten Sport en Bewegingsonderwijs (SBO) de leerlingen een breed aanbod van beweegactiviteiten voorleggen vanuit een vakinhoudelijke en didactische bekwaamheid. Dit brede aanbod moet uiteindelijk bij de leerling een perspectief bieden waarmee de leerling een leven lang actief blijft. De wijze waarop de leerlingen met dit brede aanbod omgaan en op welke gronden er (levenslange) keuzes worden gemaakt, vraagt juist een persoonlijke en pedagogische benadering van een docent SBO.

Gwendolijn omarmt een breed beweegaanbod (breed motorisch opleiden) omdat het de (beweeg) horizon van de leerling in zijn algemeenheid verbreedt. Waar kansen liggen is studenten en vakdocenten voorbereiden op het aangaan van dit (pedagogisch) reflectiegesprek met de leerling, het actief betrekken van leerlingen bij het vormgeven van beweegactiviteiten op school en bij het helpen van het maken van de transfer van positieve beweegervaringen op school naar de andere contexten van de leerling (de buurt, de tuin, de sportvereniging). Het doel van dit pedagogische gesprek is dat zowel docent als leerling meer inzicht krijgt in hoe bewegen betekenisvol is/kan worden gemaakt voor de leerling, welke rol de leerling daar ook zelf in heeft en hoe de docent daarbij kan ondersteunen. Door het beweegmotief persoonlijk te benaderen zullen leerlingen er samen actief over moeten nadenken wat uiteindelijk een toegevoegde waarde is voor 'een leven lang actief zijn'.

Frank Gerritsen

schoolcurricula en pedagogisch handelen vaak ontbreekt aan aandacht voor reflectie van leerlingen op de betekenisvolheid van beweegactiviteiten en de transfer ervan naar andere contexten zoals de buurt, de sportvereniging of de thuissituatie. Met andere woorden, er wordt van alles aangeboden en ontwikkeld (aanbodgericht) maar niet in overleg met de leerlingen en niet afgestemd op hun perspectieven, ervaringen en mogelijkheden van hun eigen handelingsvermogen (vraaggericht en actiegericht).

### Conclusie

De bevindingen leiden tot de conclusie dat om bij hun leerlingen het handelingsvermogen tot een leven lang bewegen te stimuleren, het belangrijk is dat scholen in hun pedagogische benadering fundamentele aandacht besteden aan:

- 1 het luisteren naar de perspectieven van leerlingen op beweegactiviteiten en -mogelijkheden en hen in het

- 2 het faciliteren dat leerlingen reflecteren op hun beweegervaringen om te ontdekken wat ze betekenisvol maakt in relatie tot hun aspiraties;
- 3 het ondersteunen van leerlingen bij het maken van de vertaling van de beweegervaringen op school, naar andere contexten van het dagelijks leven buiten school.

Deze componenten vragen van scholen dat zij actief werken aan een pedagogisch klimaat en een schoolcultuur waarin het handelingsvermogen van de leerling meer centraal komt te staan. Wij pleiten daarom voor een salutogene benadering in scholen die zich richt op het respecteren en versterken van de 'agency' van leerlingen met betrekking tot hun beweegactiviteiten, waardoor hun vermogen om een leven lang lichamelijk actief te zijn en te blijven, wordt vergroot. ●



### Bronnen

Scan de QR-code naar de bronnen



[bit.ly/3ARI6ry](https://bit.ly/3ARI6ry)

SALVO-project



[bit.ly/3u59tKY](https://bit.ly/3u59tKY)

Video Lol in bewegen: leerlingen in 'the lead'



[Lol in bewegen: leerlingen in 'the lead' - YouTube](#)

### Contact

[gwendolijn.boonekamp@han.nl](mailto:gwendolijn.boonekamp@han.nl)  
**Gwendolijn Boonekamp** is op 1 april 2022 gepromoveerd aan de Universiteit van Alicante op dit onderzoek naar hoe scholen een sleutelrol kunnen spelen in het ontwikkelen van de *capability* van vmbo-leerlingen om hun leven lang fysiek actief te blijven. Haar proefschrift is getiteld: *What moves us? Fostering the capability for lifelong physical activity by developing agency in students in secondary pre-vocational education schools in the Netherlands*. Zij is hoofddocent/onderzoeker bij de Academie Sport en Beweging van de HAN.  
**John Dierx**, was co-promotor en is Lector Leven lang in Beweging bij AVANS Hogeschool.  
**Erik Jansen** was co-promotor en is Associate Lector Capabilities in Zorg en Welzijn bij de HAN.  
**Foto's**  
 Anita Riemersma  
**Kernwoorden**  
 autonomie, handelingsvermogen, agency, vmbo





**VOLG MIJ**

## hét leerlingvolgsysteem voor het bewegingsonderwijs!



Bent u op zoek naar een leerlingvolgsysteem dat hanteerbaar is, snel werkt en meegaat met de tijd? Dan is VOLG MIJ iets voor u! VOLG MIJ is hét leerlingvolgsysteem voor het bewegingsonderwijs! Met behulp van VOLG MIJ kunt u gemakkelijk de motorische ontwikkeling van uw leerlingen bijhouden!

VOLG MIJ is gebaseerd op de 12 leerlijnen beschreven in het *Basisdocument bewegingsonderwijs voor het basisonderwijs*. Per leerlijn zijn er meerdere varianten waarop u kunt scoren, waarbij wordt uitgegaan van 5 verschillende scoringsniveaus. Heeft u zelf een oefening om een leerlijn te scoren? Geen probleem, er is zelfs een mogelijkheid om uw eigen scoremodel in te voegen.

### Voordelen:

- handzaam
- vernieuwend
- flexibel
- modern
- on- en offline
- snel



**MEER INFORMATIE:**  
[JANLUITINGFONDS.NL](http://JANLUITINGFONDS.NL)



## → DE GYMLERAAR

**VRAGEN EN ANTWOORDEN OVER DE JURIDISCHE POSITIE VAN DE LERAAR LICHAMELIJKE OPVOEDING.**



Leraar lichamelijke opvoeding is een prachtig én complex beroep. Als gymleraar wil je leerlingen vooral veel, goed en met plezier laten bewegen. Het stelt hoge eisen aan het professionele niveau van de leraar. In juridisch opzicht vooral op het gebied van veiligheid en verantwoordelijkheid.

Deze uitgave wil je inzicht geven in je juridische positie als werknemer in het onderwijs in het algemeen en vooral over de bijzondere aspecten daarvan als leraar lichamelijke opvoeding. Welke bevoegdheid heb je nodig, wat zijn je rechten en plichten als werknemer, hoe geef je veilig en verantwoord les en hoe gedraag je je als leraar LO zijn onderwerpen die aan bod komen.



€ 16,90 incl. btw  
ISBN: 978-90-72335-70-8  
Te bestellen via [www.janluitingfonds.nl](http://www.janluitingfonds.nl)

**janluitingfonds**  
LEZEN OVER BEWEGEN

→ In samenwerking met Arko Sports Media

# PRAKTIJK

**TOPIC**

## Autonomie-ondersteunend lesgeven

### Vrijheid in gebondenheid

**Sinds de coronapandemie is een veelgehoorde klacht van docenten dat leerlingen minder gemotiveerd zijn voor lessen in school (zie topic "Wat heeft corona met onze leerlingen gedaan", LO Magazine 4, 2022). Elkaar ontmoeten is leuk maar weer meedoen met de les, weer in het ritme komen, weer structuur krijgen in het schoolgaan en leerlingen zelf weer regie geven over hun leerproces en tegelijkertijd weer houden aan regels is soms problematisch. Hoe pakken we de draad weer op en geven we vorm aan autonomie-ondersteunend lesgeven?**

Tekst Maarten Massink

Leerlingen zijn in de coronaperiode gewend geraakt aan lessen volgen op 'eigen vrije wijze'. Ze gaven in die tijd meer eigen invulling aan de dag met wisselend succes. In feite een hoge mate van autonomie. Nu ze weer terug zijn in de LO-les willen ze graag dat gevoel van autonomie voortzetten. In de zelfdeterminatietheorie van Deci en Ryan wordt gesproken over het belang van autonomie, competentie en relatie als belangrijke elementen wat betreft het motiveren van leerlingen. Het is goed voor de motivatie van leerlingen als er een mate van vrijheid is voor leerlingen om te kiezen. Kiezen wat je leuk vindt, op welke manier je dat wil doen en met

wie je dat wil doen. Het is volgens de zelfdeterminatietheorie belangrijk dit na te streven in leerprocessen, ook in de LO-lessen. Hoe kan dat vorm krijgen in de praktijk? In welke mate



In welke mate is het haalbaar? Wat zijn de uitdagingen en wat zijn beperkende factoren?

is dit haalbaar? Welke stappen kun je maken? Tegen welke grenzen loop je aan? Wat zijn de uitdagingen en wat zijn beperkende factoren? Zijn er ook ideologische kanttekeningen te plaatsen?

### Autonomie en de vrije les

Als beginnend lesgever dacht ik dat het voor leerlingen leuk en goed zou zijn als leerlingen af en toe in een les volkomen vrij waren om te kiezen wat ze wilden gaan doen. Ik verwachtte veel enthousiasme en veel plezier en dus motivatie bij leerlingen. Het bleek achteraf niet zo eenvoudig als ik dacht en teleurstelling bij leerlingen lag op de loer. De gewekte verwachting dat leerlingen iets mochten doen naar keuze bleek moeilijk voor alle leerlingen waar te maken. Er zijn namelijk beperkingen waar je al snel tegenaan loopt qua materiaal, qua ruimte, qua overeenkomstige belangstelling, qua zelfstandig kunnen werken, qua samenwerken, qua motivatie en qua bewaken van het leerproces. Als er meerdere ideeën komen wat betreft de activiteiten zul je letterlijk moeten 'kiezen of delen'. Kiezen welke activiteiten wel en welke niet. En je zult waarschijnlijk de ruimte/materialen moeten delen met anderen. In deze tijd waarin leerlingen soms



**INHOUD**



letterlijk minder fysiek (buiten)spelen met elkaar moet er in de (LO-)les veel geleerd worden. Dat kinderen tegenwoordig minder spelen geloof ik niet. Ik denk dat ze veel digitale spelletjes spelen. Ik denk wel dat er minder (lees te weinig) spelletjes samen gespeeld worden, binnen en buiten, waarbij er samenspelend bewogen wordt. Als leerlingen minder met elkaar spelen op straat of thuis dan zal ik daar in mijn LO-les explicieter aandacht aan moeten besteden. Elementaire voorwaarden voor spelen als eerlijk spelen, gelijkwaardige teams maken, spelafspraken maken en elkaar daaraan houden, kiezen bij meerderheid van stemmen en je aanpassen bij die meerderheid van stemmen, zijn aandachtspunten die in mijn lessen meer aan de orde komen naarmate daar buiten school minder mee geoefend wordt. Daarbij is het leren rekening houden met de ander een belangrijk onderdeel van het autonomie-ondersteunend lesgeven.

### Keuzes geven

Een gevoel van autonomie wordt gecreëerd als leerlingen iets kunnen kiezen. Met het 'keuzeplichtsysteem' kun je keuzes sturen. Dat betekent dat je onderdelen van je programma kunt uitvoeren waarbij leerlingen gedoseerd kunnen kiezen. Praktijkvoorbeeld 1 laat zien hoe dat kan door het geven van keuzes. Hierin staat een gangbare,



## Een gevoel van autonomie wordt gecreëerd als leerlingen iets kunnen kiezen

waarschijnlijk herkenbare les beschreven waarin een aantal keuzemomenten zitten die leerlingen ruimte geven voor eigen invulling; bij badminton, sparren of hooghouden. Bij minitramp de wijze van uitvoeren. Bij spel kiezen uit basketbal of voetbal. Bovendien is er nog een keuzemogelijkheid; dat de docent de groepen samenstelt of dat leerlingen zelf drie groepen mogen maken van bijvoorbeeld acht leerlingen (bij een totaal van 24 leerlingen).

### Ideologische kanttekening

Hier zijn vooraf door de docent een aantal keuzes gemaakt (qua activiteit en ruimte en groeps grootte). Er blijft voor leerlingen een aantal keuzemogelijkheden over. Daarbij leren leerlingen dat er in overleg tot overeenstemming moet worden gekomen. Ik merk dat er in de loop der jaren meer tijd besteed moet worden aan het zelf en/of samen-reguleren door leerlingen. Dat gaat minder vanzelfsprekend.

### Praktijkvoorbeeld 1

Leerlingen keuzes geven. In de les zijn drie onderdelen klaargezet voor klas 1 vo:

- 1 Badminton: drie veldjes badminton waar je met een groepje van drie op één veldje mag badmintonnen. Twee leerlingen spelen op een veldje, één leerling van het groepje van drie zit als wachter langs het veldje en telt. Je bepaalt zelf wanneer je gaat wisselen. Je kan spelen om de punten (sparren) of proberen een grote serie te maken (hooghouden).
- 2 Minitrampelingen: hurkwendsprong over de kast waarbij je in balans probeert te landen met je tenen richting kast door lang te steunen op je handen. Je kan kiezen tussen landen met voeten op de kast of gelijk eroverheen maar op de kast blijven steunen met je handen tot de landing met de voeten is gelukt. Door pilonnen te plaatsen op de kast kun je proberen je benen hoger over de kast te brengen.
- 3 Basketbal of voetbal: met je groepje partijtjes maken die even sterk zijn en drie tegen drie spelen. Je mag kiezen tussen basketbal en voetbal. Bij voetbal is er nog een keuze uit paaltjesvoetbal met zes spelers in het veld en twee aan de kant die wisselen, of partijtje drie tegen drie met doeltjes. Met drie tegen drie heeft ieder team een wisselspeler.

Een voorbeeld: een jongen wilde niet meespelen met zijn groepje dat voetbal had gekozen terwijl hij wilde basketballen. "Ze doen niet wat ik wil dus dan doe ik niet mee!". Aanpassen aan wat de meerderheid van het groepje wil had nog geen plaats in zijn arsenaal van oplossingen. Ik kan mij daarover verbazen of teleurgesteld zijn maar dat helpt niet. Feit is dat deze jongen nog te weinig in dit soort situaties heeft geleerd dat je soms moet aanpassen en luisteren naar wat anderen (de meerderheid) wil anders is er geen spel mogelijk. Deze opdracht is nog te moeilijk voor deze leerling. Doen wat de meerderheid van de groep beslist moet expliciet uitgelegd worden, of er kan een andere groep gekozen worden. Of de groep kan de tijd verdelen over twee activiteiten. Eigenlijk wordt dit een lesje 'samenleven' (Burgerschap in de praktijk). Daar komt een ideologische kanttekening bij. Een verkeerde autonomie gedachte kan ertoe leiden dat leerlingen bij een overdaad aan zelfgerichtheid minder in staat zijn zich te schikken naar een ander. Tegenover een flinke aandacht voor zelfdeterminatie dient er ook een gezonde dosis 'ander-determinatie' te staan. Gertjan van Dokkum schreef hierover in zijn artikel in LO Magazine 4 van 2022 'Een kijkje in het wezen van het onderwijs': "als we het wezen van onderwijs goed begrijpen kunnen we stellen dat er geen zinvolle zelfdeterminatie mogelijk is zonder de ander die een beroep op mij doet en mij ter verantwoording roept" (p. 20).

### Keuzeplichtsysteem

#### Groeperingsvorm

Je kunt groepen vormen waarbij leerlingen zelf de groepen (van door docent bepaalde grootte) mogen



samenstellen. Leerlingen kiezen op basis van voorkeuren. Gevaar bestaat dat de laatsten die niet kunnen kiezen of niet bij een groepje mogen, overblijven of met elkaar samengaan zonder echt te kiezen. Je kunt als docent voorwaarden stellen aan de groepen en dan zelf laten kiezen. Bijvoorbeeld in ieder groepje evenveel jongens als meisjes. Of een groepje van leerlingen die op een keuzeveldje basket-/voetbal (praktijkvoorbeeld 1) voor voetbal willen kiezen terwijl een andere groepje voor basketbal kiest. Dat betekent groepen maken op basis van activiteitkeuze of op basis van beweegmotief (recreatief- of wedstrijdgericht). Of een groepje maken op basis van spelniveau. Kies een groepje van spelers die ongeveer even goed zijn in basketbal, voetbal, volleybal, et cetera en maak gelijkwaardige partijtjes.

Dus groepen maken op op basis van niveau, niveau-homogene groepen. Je kunt er ook voor kiezen groepen te maken die juist niveau-heterogeen zijn samengesteld waarbij het accent ligt op leren samenwerken met verschillende niveaus. Belangrijk is dat je met het keuzeplicht systeem als docent kunt inspelen op de mate van keuzevaardigheid van leerlingen wat betreft groeperingsvormen. Dit gaat van meer docent-gestuurd naar meer leerling-gestuurd. De ultieme vorm is dat leerlingen zelf bepalen met welke voorwaarden zij groepen willen maken. Bijvoorbeeld niveau-homogeen of niveau-heterogeen.

#### Activiteiten keuze

Je kunt als docent een deel van de speelruimte in de zaal of op het veld inrichten zodat leerlingen daar een keuze hebben in de invulling. Ook hier

kun je als docent doseren. Naarmate de keuzevaardigheid en 'ander-determinatie' (samenwerkingsvaardigheid) toeneemt, kun je de keuzemogelijkheid toe laten nemen. In praktijkvoorbeeld 1 is er bij veldje 1 badminton alleen een keuze in speelwijze (sparren of hooghouden). Veldje 3 is een keuze basketbal of voetbal (partijtje of paaltjesvoetbal) maar kan ook uitgebreid worden met hockey. Meer keuzes vraagt meer van de samenwerkingsbereidheid qua overleggen. Als tip geldt hier dat er met geringe omzetting binnen eenzelfde veldinrichting gespeeld kan worden. De ultieme vorm is hier dat leerlingen uiteindelijk zelf met hun groepje tot een spelkeuze komen uit een breed scala van mogelijkheden en die snel leren inrichten en uitvoeren.

### Wijze van uitvoeren

Je kunt de keuzevrijheid doseren door een activiteit op meerdere niveaus aan te bieden waarbij leerlingen hun uitvoeringsniveau kiezen. Bij turnen zijn hier meerdere voorbeelden te bedenken (zie praktijkvoorbeeld 1 minitrampelingen), maar ook bij atletiek; bijvoorbeeld verspringen over 'slootjes' van verschillende afstanden of lopen met verschillende afstanden/snelheden.

### Vrije keuze of circuitvorm

Als er meerdere onderdelen uitstaan (zoals in praktijkvoorbeeld 1 drie onderdelen) kun je ervoor kiezen om alle onderdelen te laten doen in circuitvorm waarbij iedere groep doordraait na een bepaalde tijd, bijvoorbeeld 15 minuten. Je kunt er ook voor kiezen naarmate een klas beter is geworden in autonoom werken drie verschillende rondes in te voeren zonder een vaste groep te maken. Je kiest voor bijvoorbeeld 15 minuten een onderdeel. Dat betekent in praktijkvoorbeeld 1 dat leerlingen zelf een onderdeel mogen kiezen waar ze willen beginnen. Na bijvoorbeeld 15 minuten is er een wisselmogelijkheid. Een nadeel kan zijn dat de groeps grootte per ronde verschilt omdat veel leerlingen dezelfde activiteit tegelijkertijd willen doen. Dan kunnen er meer wachtbeurten ontstaan en zul je daar met elkaar iets over af





//

## Keuzes maken op basis van beweegmotief

moeten spreken. Dat vraagt om meer samenwerking en is een voorbeeld van samenwerkingsbereidheid ('ander-determinatie') om zelf-determinatie te realiseren.

### Succesles

Het succes van autonomie-ondersteunend lesgeven kun je meten aan het zelfregulerend vermogen van een klas. Aan het begin van de les heb je meerdere activiteiten klaargezet (zie praktijkvoorbeeld 1, maar er zijn talloze opstellingen te bedenken). Leerlingen komen binnen en gaan meteen aan de gang met de activiteiten en groeperen zoals ze in de lessen daarvoor hebben geleerd waarin ze zelf ook keuzes kunnen maken. Ik heb wel meegemaakt dat leerlingen zo binnen kwamen en direct bezig gingen. Na twintig minuten goed bezig zijn komt er een leerling naar mij toe en vraagt: "Meester wanneer gaan we eigenlijk beginnen?". Daarmee aangevend dat een les voor deze leerling pas begonnen is als de docent het startteken geeft en de

voorwaarden heeft bepaald. Maar in een goed lopende klas is dat (bijna) niet meer nodig als de autonomie-ondersteuning succesvol verloopt. Je kunt ze dan complimenteren als ze weten hoe te handelen.

### Het vervolg

In het voorgaande is geschetst hoe je kunt starten in de onderbouw. Hoe gaan we verder in de bovenbouw? Daar is het keuzeplichtsysteem ook onderdeel van het examenprogramma LO voor havo en vwo. Leerlingen kiezen uit de onderdelen atletiek, zelfverdediging, bewegen op muziek en turnen. Hierbij geeft het examenprogramma aan dat leerlingen de gelegenheid tot

kiezen moeten krijgen. Wij bieden bij ons op school (OSG de Meergronden, Almere) in de bovenbouw havo/vwo in klas 4 en klas 5 een periode van minimaal vier weken meerdere activiteiten aan uit de vier activiteitengebieden. We noemen dit handelingsdeel 'LO excellent'. Leerlingen gaan de gekozen activiteit zelfstandig uitvoeren met incidentele hulp van de docent. De activiteiten zijn lesbrief gestuurd. Dat betekent in de praktijk dat er in een gymzaal bijvoorbeeld de volgende activiteiten tegelijkertijd worden gedaan:

- Turnen: acro-gym (oefening ontwerpen en demonstreren) of trampolinespringen (herhaalspringen);
- Atletiek: hinkstapsprong (aanleren en

### Bron: 13731 bijlage 1 Examenprogramma's havo-vwo 2007 definitief ([examenblad.nl](http://examenblad.nl))

Leerlingen kiezen minimaal twee door de kandidaat te kiezen bewegingsactiviteiten uit een door de school gedaan aanbod voor de activiteitengebieden turnen, atletiek, bewegen op muziek en zelfverdediging;

## Turnen

### Herhaald springen met hurkwendsprong en salto achterover

#### Les 1: salto achterover hulpverleners en hurkwendsprong

Lezen gele boek blz. 83 en rode boek blz. 78

Maak een groepje van vier (gelijke lengte, gelijk gewicht).

- 1 Oefen de hurkwendsprong met minitramp en kast landen met gezicht en voeten naar de kast.
- 2 Oefen de hurkwendsprong met minitramp en kast en landen in de tweede minitramp achter de kast met drie keer veren en rechtstandige sprong achterwaarts.
- 3 Als oefening 2 en komen tot een sprong achterwaarts zonder tusserven.
- 4 Oefen de muursalto met een groepje van vier (instructie van LO-docent, aandacht voor vangen).
- 5 Maak filmbeelden.

#### Les 2: hurkwendsprong gevolgd door salto achterover

Lezen gele boek blz. 83 en rode boek blz. 78

Maak een groepje van vier (gelijke lengte, gelijk gewicht).

- 1 Oefen de salto achterover uit de minitramp (instructie LO-docent) met drie keer veren.
- 2 Oefen de hurkwendsprong gevolgd door salto achterover na drie keer veren met docent.
- 3 Probeer van oefenen met docent te komen tot oefenen zonder docent.
- 4 Oefen de hurkwendsprong en salto achterover na twee keer veren zonder docent.
- 5 Maak filmbeelden.

#### Les 3: hurkwendsprong gevolgd door salto achterover

Lezen gele boek blz. 83 en rode boek blz. 78

Maak een groepje van vier (gelijke lengte, gelijk gewicht).

- 1 Oefen de salto achterover uit de minitramp zonder hulp van docent met drie keer veren.
- 2 Oefen de hurkwendsprong gevolgd door salto achterover na twee keer veren zonder docent.
- 3 Oefen de hurkwendsprong direct gevolg door salto achterover met docent.
- 4 Uitbreiding: spreidsprong bok (reutherplank) gevolgd door hurkwendsprong over kast gevolgd door salto achterover (eerst met drie keer veren dan twee keer veren dan direct).
- 5 Maak filmbeelden.

#### Les 4: hurkwendsprong gevolgd door salto achterover

Lezen gele boek blz. 83 en rode boek blz. 78

Maak een groepje van vier (gelijke lengte, gelijk gewicht).

Deze les laat je zien wat je de afgelopen lessen geleerd hebt en tot welke afsluitende uitvoering jij in staat bent. Maak hier filmbeelden van. Laat zowel zien wat je kan als turner en als vanger.

Mogelijke uitvoeringen van makkelijk naar moeilijk:

- 1 hurkwendsprong en salto achterover na drie keer veren;
- 2 idem na twee keer veren;
- 3 idem maar nu direct door (zonder tusserven);
- 4 idem voorafgegaan door spreidsprong bok met reutherplank.

Laat ook zien dat je kan hulpverleners:

- 1 samen met docent;
- 2 samen met medeleerling;
- 3 samen met medeleerling aan de moeilijke kant (been passage).

verbeteren);

- Bewegen op muziek: dans (ontwerpen en demonstreren);
- Zelfverdediging: boksen (oefenen en 'skin-touch' tref-boksen) of schermen (oefenen en partij schermen).

Hier geldt dat autonomie-ondersteunend lesgeven voorwaarde is en zich manifesteert in begeleiden van meerdere groepjes. Sommige activiteiten vragen meer begeleiding (bijvoorbeeld turnen/hulpverleners). Leerlingen maken in deze lessen videobeelden van hun activiteiten en vorderingen. Dit verwerken ze tot een videoverslag van vier minuten waarin ze beelden laten zien en een vraag-gestuurde reflectie geven in de video. Dit is een ultieme vorm van autonomie-ondersteunend lesgeven, voortbordurend op de autonomie-ondersteunende lessen in de onderbouw en waarin leerlingen kunnen laten zien hoever ze gekomen zijn.

### Tot slot

Het autonomie-ondersteunend lesgeven is een waardevol proces dat nauw samenhangt met de legitimatie van ons vak; leerlingen bekwaam te maken voor zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur (Stegeman, 2000). In dit artikel heb ik een beeld willen schetsen hoe ik denk dat autonomie-ondersteunend lesgeven in de praktijk vorm kan krijgen. Het is een doorgaande leerlijn vanaf de onderbouw waarin leerlingen regelmatig via een keuzeplichtsysteem op basis van zelfgemaakte keuzes leren deelnemen aan diverse bewegingssituaties. ●



### Bronnen

KVLO (2022). Topic 'Wat heeft corona met onze leerlingen gedaan?'. *LO Magazine*, 110(4).  
Stegeman, H. (2000). *Belang van bewegingsonderwijs*. Zeist: Jan Luiting Fonds. Van Dokkum, G. (2022). Een kijkje in het wezen van onderwijs. *LO Magazine*, 110(4), 18-21.

### Contact

[m.massink1@upcmail.nl](mailto:m.massink1@upcmail.nl)

### Foto's

Anita Riemersma

### Kernwoorden

autonomie-ondersteunend lesgeven



# Gymles geven in het Engels heeft meerwaarde!

**Ik werk twintig jaar op een tweetalig onderwijs (TTO) school. In het begin gaf ik dezelfde gymlessen in het Nederlands als in het Engels. Het enige verschil was dat mijn leerlingen en ik Engels spraken tijdens de les. Tot ik me ging verdiepen in lesgeven op een CLIL-manier. CLIL staat voor Content and Language Integrated Learning. Dat betekent inhoudelijke bewegopdrachten koppelen aan Engelse taalopdrachten.** | Tekst Christel de Jong

## Bewegen en Engels leren versterken elkaar

Eerst dacht ik dat het ten koste van het bewegen zou gaan. Iets wat ik absoluut niet wilde. Maar ik kwam erachter dat het eigenlijk niets meer of minder is dan activerende didactiek. Op basis van bewegen en op basis van taalvaardigheid. Je leert de inhoud (het bewegen) maar dit leer je door het Engels en andersom. Engelse woorden gebruiken en herhalen in al je lessen in plaats van 'dom woorden stampen' vanachter je bureau.

## Website opzetten en ontwikkelen

De eerste jaren dat ik les gaf in het tweetalig onderwijs kwamen we wel eens bij elkaar met een aantal Physical Education teachers op bijeenkomsten die door Nuffic (Nederlandse organisatie voor internationalisering in het onderwijs) georganiseerd werden. We schoven wat floppy discs en later memory sticks heen en weer, uiteindelijk probeerden we via Dropbox dingen te delen, maar nooit had dit toegang tot iedereen.

Net voor COVID-19 hadden we weer zo'n bijeenkomst en ik besloot, samen met twee vwo-6 leerlingen die veel verstand van programmeren hadden, alles te verzamelen op één grote harde schijf en deze ergens online te plaatsen. Tijdens de eerste lockdown is toen mijn website geboren: [www.amazing-pelessons.com](http://www.amazing-pelessons.com). Deze website is samen gemaakt met en voor andere Physical Education teachers.



[www.amazing-pelessons.com](http://www.amazing-pelessons.com)

## Resultaten

Dit resulteerde in een verzameling van allerlei goede Physical Education lessen en lesideeën, woordenlijsten, activerende didactiek (CLIL-lessen) en corona-gymlessen bij elkaar. De doelstelling is om uiteindelijk een hele grote gratis database te bouwen gevuld met goede lessen, links, video's et cetera, die alle gymdocenten kan helpen Engels te integreren in hun gymlessen. Maar uiteindelijk is de site voor iedereen interessant, ook als je niet in het tweetalig onderwijs werkt. Een gratis database vol met super goede lesvoorbeelden met aandacht voor bewegingsdidactiek en samen met de Engelse taal.

## Meerwaarde ook in regulier LO-lessen

Momenteel geef ik mijn Physical Education lessen ook aan de Nederlandse klassen. De focus ligt bij beide lessen 100 procent op het bewegen, maar het brengt zoveel meer! Door leerlingen meer met elkaar te laten communiceren (in welke taal dan ook) creëer je betekenisvolle lessen waarin leerlingen niet alleen

de beweeg- en taalvaardigheid sneller onder de knie hebben, maar ook elkaar coachen, samen oplossingen verzinnen en verdiepend leren werken. Hoe? Die voorbeelden kan je vinden op de website.

## Methode zelf maken

Als je geschiedenis of biologie geeft op een tweetalig onderwijs school, heb je een speciale vertaalde methode van waaruit je kan werken. Gymdocenten hebben dat niet. Zij moeten elke les weer het wiel zelf uitvinden. Lessen vertalen en materiaal ontwikkelen om een goede bewegingsonderwijs-les te geven en daarnaast de taal op een actieve manier te integreren. De website die nu is opgezet en ontwikkeld wordt helpt docenten die tweetalig onderwijs geven met een schat aan lesvoorbeelden.

De variëteit aan lesideeën is zo groot dat iedereen er wel wat leuks uit kan halen. Bovendien spreken bijna alle



Voorbeeld lesbrief speedbal

## Speed Ball

**Tactical Problems**   Attacking A Goal   Maintain Possession   Create Space

**GRADES** 5-6

### Rules of Play

- Class is divided into two groups
- Each team has a basketball net at the end line of the playing area and two goals (bench, hockey net, etc.) for each end corner of their half of the playing area.
- Teams pass the ball around in the air, like in basketball (but no bounce pass).
- If the ball falls to the ground, it is now played as a soccer ball.
- A player may kick a ball into his or a teammates hands, but may not pick up the ball.
- If a ball is kicked or thrown into the basket, that team receives 2 points.
- If a ball is kicked into a corner goal, that team receives 1 point.
- The goal is to score more points than the opponents.

### Variations and Progressions

- Number of passes before scoring
- Time limits
- Points (ex.: 3 points per basket made, 2 points for goal scored or ball hitting basket's rim, 1 point for ball hitting backboard).
- Types of passing.
- Allow ball to touch floor once.

### Game Info

**Equipment**   Playing Area, Basketball hoops, Goals (benches, hockey nets, etc.), Pinnies, Ball

**Safety**   No body contact, Proper Kicking, Kicked ball stays below knees

### Tactical Talk

*What does your team do to successfully score a goal?*

*What does your team do to maintain possession of the ball?*

*How do you move to get away from a defender?*

[www.ThePhysicalEducator.com](http://www.ThePhysicalEducator.com)

# Athletics Triple Jump

## Relation between triple jump and your personal long jump performance

### Lesson 1

#### Find the right coordination

Read from the red book 'Allround' page 122-123

- 1 Try from stance a triple jump; hop-step-jump.
- 2 Try a triple jump starting with a small run.
- 3 Enlarge the run and gain more speed and land on a mat
- 4 Find the right distance (5,7,or 9 meter) to the mat for the starting line to start the triple jump with a landing on mat.
- 5 Measure your distance and record your performance with your mobile phone/camera.
- 6 Answer questions and fill in the form (backside of this paper concerning lesson1).

### Lesson 2

#### Relation between your best long jump performance and the triple jump

Construct a long jump track with a mat. Measure your long jump performance.

- 1 Write down your best long jump performance. Compare it to the triple jump of lesson 1.
- 2 Practice the triple jump. See if you can improve your distance and come close to three times your long jump.
- 3 Measure your distance and record your performance with your mobile phone/camera.
- 4 Answer questions and fill in the form (backside of this paper concerning lesson2).

### Lesson 3

#### Try the hop hop jump and the step step jump as a triple jump

Watch Fabian Florant: <https://www.youtube.com/watch?v=pl3FVCmmg5E>

- 1 Try a hop hop jump and measure your distance.
- 1 Write down your best hop hop jump result (back side of this paper). Compare it to the triple jump result of last lesson.
- 2 Try a step step jump and measure your distance.
- 3 Write down your best hop hop jump result (back side of this paper). Compare it to the triple jump result of last lesson.
- 4 Practice hop step jump and measure each jump separate. Ask help from a partner and use cones.
- 5 Measure your distance and record your performance with your mobile.
- 6 Answer questions and fill in the form (backside of this paper concerning lesson 3).

### Les 4

#### Arm support, leg extension

Watch Jasper's triple jump: <http://www.youtube.com/watch?v=clogkFRptzE>

- Focus on arm support and leg extension at running, jumping and landing. Construct your run with a fixed number of steps for a good take off. Practice your run.
- 1 Record your triple jump from the side (partner). Watch your leg extension in running.
  - 2 Practice your leg extension in jumping and landing.
  - 3 Measure your distance and record your performance with your mobile.
  - 4 Answer questions and fill in the form (backside of this paper concerning lesson 4).

Voorbeeld lesbrief triple



Long jump and triple jump

er interesse vanuit het buitenland. Ik hoop dat iedereen eens een kijkje wil nemen en voor zichzelf wil bedenken of ze wellicht nog leuke lesideeën hebben en deze zouden willen delen. Zelf een les uploaden is heel makkelijk en wordt helemaal uitgelegd op de site, maar je kan ook altijd je les gewoon naar [amazingpelessons@gmail.com](mailto:amazingpelessons@gmail.com) sturen, dan zorg ik dat deze op de site komt. Verder ben ik ook bereid uitleg/een workshop te komen geven op scholen over CLIL. Jullie mogen mij mailen mocht de vaksectie daar behoefte aan hebben. Ik ben op zoek naar zoveel mogelijk samenwerking. ●

Hierbij een link naar een YouTube-filmpje waarin de werking van de website stap voor stap uitgelegd wordt. Veel plezier!



[bit.ly/3GR00P2](https://bit.ly/3GR00P2)



## Een website helpt docenten die tweetalig onderwijs geven met een schat aan lesvoorbeelden

leerlingen tegenwoordig al zo goed Engels dat als je bijvoorbeeld een fitnesscircuit met leskaarten download van de website en uitprint, je deze gewoon zo in je zaal kan leggen om te gebruiken. Dit snappen ook niet tweetalig onderwijs leerlingen prima. Het grote verschil tussen deze site en andere sites is dat alles gratis te uploaden en downloaden is. Er is geen winst behalve het delen van informatie met elkaar. De winst die we behalen is dat

er door het hele land nog leukere en betere gymlessen gegeven worden, in het Nederlands en het Engels. Dus de leerlingen boeken de winst, en daar doen we het uiteindelijk allemaal voor.

### Tot slot

Maar de site is nog lang niet af. Ik ben al heel trots op alles wat er nu op te vinden is en de site wordt ook inmiddels al door 43 tweetalig onderwijs scholen door heel Nederland gebruikt. Ook is



### Contact

[JGD@csvg.eu](mailto:JGD@csvg.eu)

### Foto's

Christel de Jong en Anita Riemersma

### Kernwoorden

tweetalig onderwijs en LO, didactiek tweetalig LO

Wat kunnen we onze leerlingen naschools bieden?

# Unihockey is floorball

**Welke school speelt er nog geen unihockey? Dat zijn er gelukkig weinig. Maar wie kent de sport floorball, wat de internationale naam voor unihockey is? Uit reacties van collega's en leerlingen helaas weinig. Dat is volgens mij een van de redenen dat een goede doorstroming naar een naschoolse sportactiviteit tot nu toe zeer beperkt is gebleven. Dit artikel gaat over floorball/unihockey. Maar ook over de kansen voor onze leerlingen om 'hockeyvormen' naschools te kunnen spelen. | Tekst Henk Schuster**

## Van grote populariteit op school naar grote sport

Er zijn rond de dertig clubs verspreid over heel Nederland, met een accent in Groningen, Utrecht en Amersfoort. Sinds 1999 is er een zelfstandige NOC\*NSF sportbond, genaamd

NeFUB (Nederlandse Floorball en Unihockey Bond), die de landelijke competities organiseert. Scan onderstaande QR-code om een kijkje te nemen op [www.nefub.nl](http://www.nefub.nl).



[www.nefub.nl](http://www.nefub.nl)

Als initiator van unihockey, nu dus floorball, in Nederland, startend in de jaren 1996-1997, zou ik daar graag veel clubs aan toevoegen. Wat ik in elk geval graag zou willen is, dat deze intensieve en zeer toegankelijke sportactiviteit vaker naschools wordt gespeeld. Dat is één van de doelen van ons vak. Mijn vermoeden is, dat wij de link naar de eindvorm van vijf tegen vijf met grote doelen en keepers te lang achterwege hebben gelaten. 'Wij' staat hier voor sportdocenten in het algemeen, maar specifiek voor de voormalige Stichting Unihockey Nederland.

(De huidige Stichting Sporteducatie Nederland).

## Floorball als naschoolse sportactiviteit

De Stichting Sporteducatie promoot nu ook de SepCourt Sportpleinen, die ook van boarding kunnen worden voorzien, waardoor zowel voetbal, (veld)hockey, als floorball ook buiten optimaal kunnen worden gespeeld.

Floorball is volgens mij in het onderwijs te lang 'het spelletje met de gatenbal en de kleine doeltjes' gebleven. Daardoor kennen velen niet de eindvorm, die vergelijkbaar is met ijshockey. Want dat is floorball eigenlijk: ijshockey in de zaal, maar dan lopend/rennend, gespeeld met een gatenbal en met een aantal aangepaste regels. Wereldwijd is floorball groot. 74 landen zijn lid van de IFF (International Floorball Federation) en het stond in 2020 op de Olympische nominatie. Omdat toen de keuze viel op Tokyo, kwamen er twee gevechtssporten bij en viel floorball er weer buiten. Wanneer Stockholm het decor van de Olympische Spelen was geworden, was floorball er zeker bij geweest.

## Wat ik graag wil met dit artikel?

Door de hierin aangegeven links zou het mooi zijn, wanneer jullie als collega's en daardoor jullie leerlingen, inzicht krijgen in de mogelijke naschoolse sportactiviteit. De huidige dertig floorballclubs in Nederland hebben een eigen NOC\*NSF bond, gevestigd op Papendal, maar het blijft

te lang een kleine bond, terwijl de activiteit op school erg populair is en het daar steeds meer wordt gespeeld.

We zien mede daardoor ook jaarlijks een groei bij de Olympic Moves, waar inmiddels drie onderdelen van floorball gespeeld worden:

- een speelveld van ongeveer gymzaalgrootte en 4-4 zonder keepers met de kleine goals (60 x 90 cm)
- dezelfde speelveldgrootte maar dan 3-3 met keepers en grote wedstrijd-doelen (115 x 160 cm)
- en de eindvorm op een speelveld van 40 x 20 meter en 5-5 met keepers en wedstrijd-doelen.

Volgens mij zou veel meer jeugd (en ook ouderen) het naschools kunnen gaan spelen. De toegankelijkheid en populariteit heeft zich in het onderwijs al bewezen. Daarbij komt ook nog eens de broodnodige intensiteit, die floorball in zich heeft, waardoor velen hun energie kwijt kunnen in deze teamsport. We weten allemaal hoe belangrijk intensief bewegen is. Ook kennen we de wens, dat er meer in teamverband gespeeld mag worden. Floorball kan aan beide wensen een uitstekende bijdrage leveren en het kan ook zowel buiten als binnen worden gespeeld.

De competitie wordt in de maanden september tot en met april/mei als zaalsport gespeeld. De buitenactiviteit is het gehele jaar door mogelijk. In landen als Zweden, Finland, Zwitserland en Tsjechië wordt er gespeeld op schoolpleinen, parkeerplaatsen (zie foto 1 in de Haven van Grenaa, Denemarken) tot marktpleinen.

Er worden grote buurtcompetities gespeeld. Jong en oud vermaken zich daar op een geweldige manier (zie foto 2 in Tsjechië).

Enkele jaren geleden zijn we in contact gekomen met SepCourt (SEP is Sport Education Play), een Nederlandse fabrikant van buitensportaccommodaties. SepCourt, van de Zoneparc Foundation (founded by NIKE), heeft samen met ons zeer effectieve boarding ontwikkeld. Op hun Sportpleinen speel je niet alleen floorball, maar



Foto 2 Floorball op een marktplein



Foto 3 Het demoveld van SepCourt tijdens de finale dag 2018 Olympic Moves op Papendal

uiteeraard ook andere activiteiten zoals (veld)hockey, voetbal en andere sporten. Scan onderstaande QR-code naar [www.sportiefspeelplein.nl](http://www.sportiefspeelplein.nl) en zie foto's 3 en 4 ter illustratie.



[www.sportiefspeelplein.nl](http://www.sportiefspeelplein.nl)

SepCourts zijn 100 procent Nederlandse producten en ze zijn 100 procent recyclebaar. Ze worden op een

verharde ondergrond gelegd en zijn 's zomers en 's winters bespeelbaar. Een fantastische gelegenheid voor onze sport om ook buiten te worden aangeboden. Binnenkort wordt het voor de basisscholen verplicht om minimaal twee uren gymles aan te bieden aan hun leerlingen. Door het accommodatietekort zou een SepCourt op het schoolplein een oplossing kunnen zijn. Een sterke bijkomstigheid van deze boarding is, dat er ook op gezeten kan worden, zodat leerlingen met elkaar in contact blijven, wanneer ze even niet spelen. In de stalen kooien zijn ze vaak afgesloten.



**Foto 4** In Barendrecht bij het Johannes Fontanus College liggen drie kleinere SepCourts naast elkaar, geschikt voor (v.l.n.r.) voetbal, Floorball, en volleybal/basketbal

Tijdens de Olympic Moves finaledagen van 2018 en 2019 op Papendal, lag er een demoveld (zie foto 3).

### Sport bekend maken

Hoe krijgen we onze snelle, intensieve en populaire activiteit onder onze jeugd beter bekend als sport? Volgens mij spelen er een aantal zaken een belangrijke rol.

### Spelregels

Het toepassen van de juiste spelregels. Ik neem graag een aantal belangrijke met jullie door.

- 1 Het spelbegin. De zogenaamde Face-off:
  - Beide voeten naast elkaar en wijzend naar de middenlijn, de bal ligt op de middenstip. Het stickblad zet je ernaast, met het blad recht vooruitwijzend. De speler van het uit spelende team kiest aan welke kant van de bal hij zijn blad zet.
  - De onderste hand mag tot 35 cm

van de grond aan de steel worden gehouden (streepje is zichtbaar op wedstrijdsticks).

- Op fluitsignaal wordt begonnen en mag de bal in elke gewenste richting worden gespeeld. Zelfs direct scoren mag. Dus het spel begint direct na het fluitje, de sticks hoeven niet meer tegen elkaar aan getikt te worden.
- 1 Bodychecks, slidings en/of duwpartijen zijn verboden. Lichamelijk contact mag: schouder tegen schouder, vergelijkbaar met voetbal.
  - 2 Bal beschermen met je lichaam is toegestaan. Bij breedtestand mag je de stick niet tussen de benen van de tegenstander geplaatst worden.
  - 3 De bal mag met voeten worden gespeeld. Dat kan voor je stick zijn of worden overgespeeld. Scoren met de voet mag niet. Onopzettelijke scoren, doordat de bal via de voet in het doel gaat, kan dus wel voorkomen.

4 Stickblad moet onder heuphoogte blijven, tenzij er geen andere speler in de buurt is.

5 Het spelen van de bal mag alleen onder kniehoogte. Uitzondering is het aannemen van een hoge bal op de borst, mits de speler de voeten op de grond heeft (niet springen). Koppen mag hoe dan ook niet.

6 Niet op andermans stick slaan of stickliften. Uiteraard zijn er veel meer regels, maar dit zijn de belangrijkste waar streng op gefloten dient te worden.

### Materiaal

Het materiaal is zeer bepalend voor het spelplezier. Het is een niet te onderschatten onderdeel, dat grote invloed heeft op de succesbeleving. In de jaren voor 1996 werd er ook wel een vorm van floorball gespeeld. Van collega's kreeg ik te horen hoe dat werd gespeeld: mat tegen de muur als doel en met een stick, die bij enige



In Zweden is floorball na voetbal de grootste teamsport. Finland, Zwitserland en Tsjechië volgen inmiddels op de voet

druk op de steel, 'gebogen' bleef. Het werd ook wel 'het spel met de slappe sticks', ook wel 'flaphockey' genoemd. Hierdoor is duidelijk, dat de kwaliteit en uiteraard ook de daarbij behorende prijs van de sticks, bepalend zijn voor het spelverloop. Deze sticks zijn op verschillende scholen helaas nog veel in gebruik. Neem alsjeblieft geen genoegen met 'slappe' sticks, die helaas nog steeds op de markt zijn. Ook het bijbehorende stickblad aan de goedkope sticks is uit de tijd. Mijn ervaring is, dat de 'slappe' sticks de speler vaak belemmert om goed te kunnen spelen. De sticks zijn vaak te kort, de bladen te slap en er zit meestal geen kromming naar links of rechts in het blad, waardoor de balbehandling een stuk moeilijker wordt. Daardoor is het speelplezier niet optimaal.

Zie foto 5 met een afbeelding van een goede stick. Op foto 5 is het een zogenaamde linker stick. De meeste spelers, die geen veldhockey hebben gespeeld, hebben graag hun voorkeurshand (rechts) bovenaan de grip en hebben een stick met de kromming andersom dan bij veldhockey. Ze voeren de stick links van het lichaam. Net als bij ijshockey veel voorkomt. 70 procent van de spelers speelt graag met een linker stick. Uiteraard zijn er ook rechter sticks. Bij veldhockey moet je met de linkerhand bovenaan de grip spelen en voer je de stick dus rechts van je lichaam.

### Links

Hieronder deel ik met jullie graag een tweetal links. De eerste betreft [www.floorballacademie.nl](http://www.floorballacademie.nl) waar je onder 'Lessen', lessenseries vindt voor po, vo en vbo. Scan de QR-code om een kijkje te nemen:



[www.floorballacademie.nl](http://www.floorballacademie.nl)

De tweede betreft beelden van scorende topspelers in verschillende spelsituaties. Scan de QR-code naar een video op YouTube:



[bit.ly/3OKBctN](https://bit.ly/3OKBctN)

Jullie leerlingen krijgen hiermee een indruk van de eindvorm en zullen zien, waardoor deze eigenlijk nog zeer jonge sport, al in verschillende landen een enorme groei doormaakt. In Zweden is het na voetbal de grootste teamsport. Finland, Zwitserland en Tsjechië volgen inmiddels op de voet.

Nederland heeft nog wat stappen te maken. Daarbij kunnen jullie ons zeker helpen. Ik ben dan ook zeer benieuwd naar jullie ervaringen met floorball. Tips om het vaker naschools te laten spelen zijn dan ook van harte welkom. Dank voor jullie interesse en medewerking. ●



**Foto 5** Een voorbeeld van een floorballstick en -blad



### Bronnen

[www.floorballacademie.nl](http://www.floorballacademie.nl)

### Contact

[h.schuster@unihoc.nl](mailto:h.schuster@unihoc.nl)

**Henk Schuster** is initiator van Floorball in Nederland en secretaris SSN (Stichting Sporteducatie Nederland)

### Foto's

Henk Schuster, Cesky Floorball, Floorball pro, Dorith Schute (SepCourt)

### Kernwoorden

floorball, unihockey, sportiefspeelplein

# Trefbal en jagerbal zijn eindeloos

2



**Trefbalspelen en jagerbalspelen zijn populair. Leerlingen zijn bekend met jagen en gejaagd worden in de computerspelletjes die ze spelen. Nu krijgen leerlingen de kans fysiek te spelen en te jagen in plaats van digitaal, met alle lichamelijke inspanning en beleving die daar bij komt. Het gaat om jagen en treffen door afgooien en voorkomen dat je getroffen wordt. Het aantal variaties van trefbal- en jagerspelen is eindeloos. Zowel klassikale spelen als in groepjes. In deze serie willen we trefbal- en jagerbalspelen aan bod laten komen die leerlingen graag spelen, waar veel beleving in zit en waarin geleerd kan worden. Vorige keer ging het om klassikaal spelen van 'setshot trefbal' en 'oversteekjagerbal'. Nu komen spelen in kleine groepjes aan bod.** | **Tekst** Maarten Massink

Het spelen van tref- en jagerbalspelen in kleine groepjes vraagt meer van de leerlingen als het gaat om zelfstandig kunnen spelen (bewegen regelen). Bijvoorbeeld eerlijk spelen, punten bijhouden, overleggen over teams maken of over hoe het spel moeilijker/makkelijker maken.

In het vorige artikel in LO Magazine 1 van 2022 (Massink, 2022) is er gewezen op de mogelijkheid niveaus te herkennen bij tref- en jagerbalspelen. Breukelman en Massink (2002) onderscheiden de volgende deelnameniveaus:

#### Inblijven

- 1 je loopt te laat weg;
- 2 je loopt op tijd weg van de afgooier;
- 3 je loopt op tijd weg en kunt de bal ontwijken;
- 4 je loopt op tijd weg en kunt de bal ontwijken met schijnbewegingen en afgooien uitlokken, aandacht afleiden of bal onderscheppen.

#### Uitmaken

- 1 je gooit de bal ongericht weg;
- 2 je gooit op grote afstand naar de lopers;
- 3 je speelt samen en jaagt tot de loper dichtbij is;
- 4 je maakt schijnbewegingen en kunt met andere jagers de loper opjagen en insluiten.

#### Overloopjagerbal

##### Arrangement

Een vierde deel van de zaal is speelveld. Bij de middenlijn staat een bank. Bij de (eind)muur liggen tien voorwerpen (shuttles, pittenzakjes, lintjes, pilonnen). Aan de zijkant liggen twee matten. Op iedere mat staat een jager. Het jaaggebied is tussen de matten, twee muren en de bank (zie tekening 1). Er zijn drie of

vier jagers en drie of vier lopers. Er zijn twee trefballen in het spel. Bij de bank staan vier pilonnen.

##### Opdracht

In een kwart van de zaal spelen drie of vier jagers tegen drie of vier lopers. Er liggen voorwerpen (pilonnen/lintjes/pittenzakjes/shuttles) achter een lijn (eindmuur). De lopers proberen door het jaaggebied een voorwerp te halen en te brengen naar de overkant over een lijn zonder te worden afgegooid. Aan de zijkant liggen twee matten. Op iedere mat een jager die probeert lopers af te gooien. De jagers mogen alleen afgooien als ze met beide voeten op de mat staan. De overige jagers moeten ballen terugbrengen. De lopers lopen achter de jagers langs om een voorwerp op te halen en door het jaaggebied als ze een voorwerp meenemen. Het spel stopt als alle voorwerpen naar de overkant zijn gebracht (lopers gewonnen) of wanneer vier keer een loper is afgegooid (jagers gewonnen). De lopers moeten dit bijhouden door een pilon om te tikken als ze zijn afgegooid.

##### Variaties

Dit spel kun je moeilijker maken voor de lopers of makkelijker voor de jagers als de lopers ook door het jaaggebied moeten lopen als ze een voorwerp gaan halen. Er is dan geen beschermd gebied meer. Dus niet meer achter de jagers langs als ze een voorwerp gaan halen. De jagers kunnen geholpen worden als er meer ballen in het spel komen en als de jagers ook van de mat af mogen komen om een bal te pakken. Wel blijft de regel het werpen vanaf de mat gehandhaafd.

##### Differentiatie

Met de variaties kun je ook differentiëren. Sommige lopers (met lintje) mogen ballen halen via beschermd gebied. Gevorderde lopers hebben geen beschermd gebied en moeten via jaaggebied ook teruglopen om een voorwerp te halen. Je kunt goede lopers erop wijzen de aandacht te trekken en te ontwijken waardoor minder goede lopers kansen krijgen over te steken. Samenwerken en het timen van het lopen (wanneer is de beste oversteekkans?) is belangrijk. De



jagers moeten goed samenwerken in het terugbrengen van de bal.

#### Roof de pilonnen

##### Arrangement

De zaal is verdeeld in vier zaaldelen. Op een kwart deel van de zaal staat bij de eindlijn een kast. Aan de zijkant is een bank bij de muur. Bij de middenlijn zijn twee matten (zie tekening 2) voor de jagers. Op iedere mat één jager. Tussen kast en matten is het jaaggebied en daar liggen tien voorwerpen (pilonnen, shuttles, pittenzakjes, lintjes). Bij de bank staan vier telpilonnen om te tellen hoe vaak een loper is afgegooid (omleggen). De kast is een schuilplaats voor de lopers. Er zijn drie of vier jagers en drie of vier lopers. Er zijn twee foamballen in het spel.

##### Opdracht

De lopers proberen vanachter de kast een pilon te roven zonder afgegooid

te worden. Je mag één pilon tegelijk pakken. Word je afgegooid met een pilon in de hand dan zet je de pilon weer terug en gaat zitten aan de kant en legt een telpilon om. De jagers gooien vanaf de mat (twee voeten op de mat). De overige jagers gooien de ballen terug naar de jagers op de mat. Als de lopers alle voorwerpen achter de kast hebben gebracht voordat er vier lopers uit zijn hebben de lopers gewonnen. Hebben de jagers vier keer een loper afgegooid voordat alle voorwerpen zijn opgehaald dan hebben de jagers gewonnen.

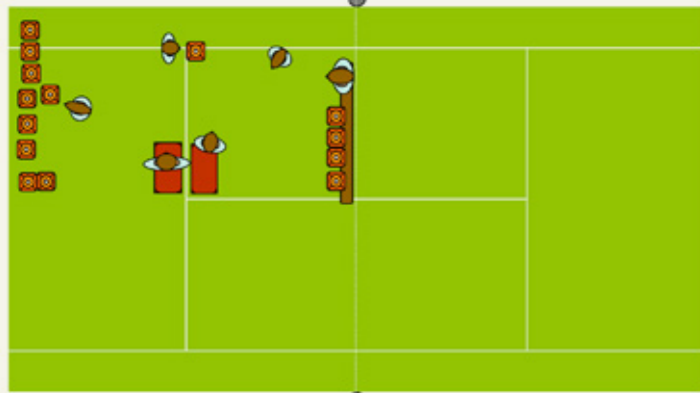
##### Variaties

Je kunt het moeilijker maken voor de lopers (en dus makkelijker voor de jagers) door de pilonnen verder van de kast te plaatsen. Door te pilonnen meer gespreid neer te zetten wordt het moeilijker voor de jagers (en makkelijker voor de lopers) door een groter jaaggebied.





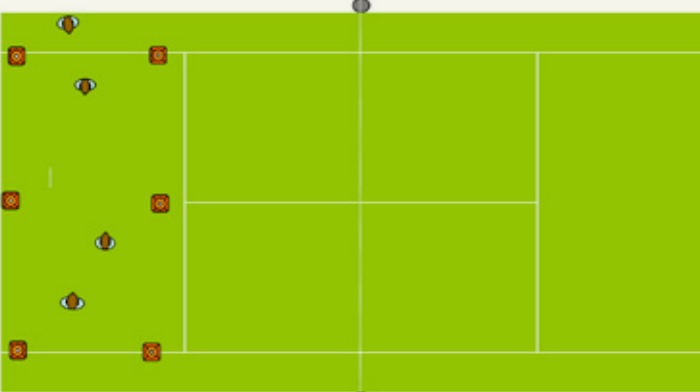
Tekening 1 Overloopjagerbal



Tekening 2 Roof de pilonnen



Tekening 3 Twee tegen tweetrefbal



van het andere tweetal af te gooien. Ze mogen daarbij overgooien. De trefvakspeler kan proberen de bal te vangen. Dan is hij niet af maar scoort een punt. Als een trefvakspeler wordt afgegooid scoort het andere team een punt. Je kunt afspreken dat je wisselt als een team vijf punten heeft. Je kunt ook afspreken dat bij ieder punt degene die is afgegooid wisselt met zijn achtervakspeler.

**Variatie**

Je kunt afspreken dat je mag afweren met de handen/armen. Alleen lichaam en benen tellen. Of alleen benen raken telt als het afgooien te makkelijk is.

**Differentiatie**

Door verschillende trefvlakken af te spreken kun je differentiëren. Bij een vaardige speler is het lichaam trefvlak. Deze speler mag ook niet afweren. Een minder vaardige speler heeft alleen benen als trefvlak. Leerlingen kiezen hun eigen vaardigheidsniveau in overleg met elkaar en geven met een kleur lintje aan welk vaardigheidsniveau ze kiezen. Bijvoorbeeld hele lichaam trefvlak zonder afweren draagt rood lintje, afweren met handen en romp en benen trefvlak draagt blauw lintje, alleen benen trefvlak draagt groen lintje.

Als je deze spelen gaat spelen ben ik benieuwd naar je ervaringen. Heb je zelf ook voorbeelden van trefbal- en jagerbalspelen die je wilt delen, neem dan contact op. ●

**Bronnen**

Breukelman, H., Massink, M., (2002). *Spelen op verschillende niveaus, spelprofielen in het voortgezet onderwijs*. Baarn: HB uitgevers.  
Brouwer, B., Houthoff, D., Massink, M., Mooij, C., Mossel, G. van, Swinkels, E., & Zonnenberg A. (2012). *Basisdocument Bewegingsonderwijs voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs*. Zeist: Jan Luiting Fonds.  
Massink, M. (2022). Trefbal en jagerbal zijn eindeloos. LO Magazine, 110(8), 18-20.

**Contact**

m.massink1@upcmail.nl

**Foto's**

Anita Riemersma

**Kernwoorden**

trefbalspelen, jagerbalspelen

**Differentiaties**

Voor lopers die moeilijk een pilon kunnen roven kun je afspreken dat ze met een pilon in de hand niet kunnen worden afgegooid (herkenbaar met lintje) of mogen afweren met de handen.

**Twee tegen twee trefbal****Arrangement**

Op een zesde deel van de zaal spelen twee tweetallen tegen elkaar (zie

tekening 3). Het veld is verdeeld in vier vakken. Twee achtervakken (achter de zijlijn van het volleybalveld) en twee trefvakken (van de lijn tot het midden van de zaal). De twee spelers zijn verdeeld in een achtervakspeler en een trefvakspeler. Iedere groep heeft één trefbal (foambal).

**Opdracht**

De trefvakspeler en de achtervakspeler proberen samen de trefvakspeler

De sleutel voor een actiever leven?

# Het sociale netwerk van een tiener 2

**Sociale netwerken**

Uit de literatuur komen verschillende mechanismes naar voren op basis waarvan het sociale netwerk iemand kan motiveren en positief van invloed kunnen zijn op langdurige sportdeelname. Dit zijn onder meer:

- sociale steun, het gaan stimuleren om te sporten (Sheridan et al., 2014);
- (sociale) facilitatie; de goedkeuring om te sporten en het daadwerkelijk geven van de mogelijkheden hiervoor (Evans et al., 2013);
- sociale identificatie, het willen zijn zoals iemand anders (Stevens et al., 2019);
- sociale vergelijking; beter willen zijn dan de ander (Shakya et al., 2015).

Het blijkt erg individueel te zijn welk mechanisme van invloed is op het sportgedrag van jongeren (Franken et al., 2022). Dat wil zeggen, de ene persoon zal meer gaan sporten om beter te worden dan bijvoorbeeld een vriend, terwijl de andere persoon meer gaat sporten omdat deze positieve reacties uit zijn omgeving krijgt na het sporten. Kortom, *one size fits all* gaat ook hier zeker niet op. Het staat in ieder geval vast dat verschillende actoren in het netwerk een rol kunnen spelen in deze mechanismen. Zowel ouders, leeftijdsgenoten en professionals, zoals LO-docenten en trainers, hebben invloed. Meer begrip wie welke invloed heeft bij een leerling kan helpen de kans op een langdurende sportparticipatie te vergroten.

**Van basisschool naar middelbare school**

Het is misschien niet verrassend, maar belangrijk om te realiseren, dat de overgang van basisschool naar

**Het is elke docent in het voortgezet onderwijs meer dan bekend: de 'kleine' kindjes die in september in klas 1 starten veranderen in een hoog tempo tot jongvolwassenen. Ze schieten de lucht in en, minder direct zichtbaar maar wel merkbaar, veranderen ook in sociaal-emotioneel en cognitief opzicht. We schreven hier eerder over in een eerste deel in LO Magazine 6 van 2021 (Steenbergen, Van Abswoude, Spruijtenburg & Platvoet, 2021). Hierin beschreven we dat het sociale netwerk weleens een belangrijke rol kan spelen in het voorkomen van sportuitval en een vermindering van fysieke activiteit. In dit tweede deel zoomen we verder in op hoe en waarom het sociale netwerk verandert gedurende de eerste jaren van de middelbare school en hoe dit sportdeelname zou kunnen beïnvloeden. In het derde en afsluitende deel zullen we op basis van ons eigen lopende onderzoek aanbevelingen doen voor het actief krijgen en houden van kinderen. | Tekst Femke van Abswoude, Sebastiaan Platvoet, Hidde Bekhuis, Gwennyth Spruijtenburg en Bert Steenbergen**



middelbare school een verandering veroorzaakt in het sociale netwerk. Nieuwe klasgenoten en docenten zorgen voor nieuwe actoren in het netwerk die sportdeelname in meer of mindere mate kunnen aanmoedigen of ontmoedigen. Ook kunnen deze personen als nieuwe voorbeelden of vergelijkingsmaatstaf dienen waardoor er juist meer of minder gesport kan gaan worden. Waar op de basisschool kinderen van alle niveaus door elkaar zitten, is er in de eerste klas al een eerste indeling naar de verschillende onderwijsniveaus. Van sommige doelgroepen, bijvoorbeeld lwoo, vmbo kader, of hoogbegaafde kinderen, is bekend dat ze steeds minder vaak deelnemen aan georganiseerde sport. Als een kind in een klas komt waarin er meer kinderen zijn die niet aan sport doen, dan kan dit een negatieve invloed hebben op de mening over of motivatie voor sport van het kind en uiteindelijk leiden tot het stoppen met sporten. De nieuwe schoolomgeving biedt hiermee risico's voor sportdeelname, maar ook kansen om sportdeelname te stimuleren.

### Meer onafhankelijkheid

Niet alleen zorgt de overgang naar de middelbare school voor een verandering in actoren in het sociale netwerk van een kind. Ook de rol die actoren

hebben verschuift naarmate kinderen ouder worden. In de pubertijd komen kinderen, in meer of mindere mate, los van hun ouders en wordt de rol van ouders met betrekking tot sociale steun, identificatie en vergelijking steeds kleiner (Davison & Jago, 2009). De rol van (sociale) facilitatie blijven ouders echter nog wel lang hebben (Mendonça et al., 2014). Op de middelbare school, wanneer een kind (verder) in de pubertijd komt, neemt de invloed van andere actoren toe. Met name leeftijdsgenoten, al dan niet in de klas of online, worden steeds belangrijker. Voor sommige kinderen zou sportdeelname dus vanzelfsprekender worden, terwijl voor anderen sportdeelname juist wordt ontmoedigd (Chung et al., 2017). Zo kan een sportteam dat uit elkaar valt iemand doen beslissen om zelf ook te stoppen, terwijl een schoolklas waarin iedereen zin heeft in de gymles ervoor kan zorgen dat je zelf ook positief kijkt naar sport en bewegen.

Voor professionals die jonge pubers willen stimuleren om te sporten is het waardevol om inzicht te hebben in het sociale netwerk van een jongere. Door bijvoorbeeld onderlinge relaties tussen klasgenoten in kaart te brengen, kan inzicht worden verkregen in welke

leerlingen de meeste invloed hebben op het (beweeg)gedrag van de klas. Deze leerlingen zouden als rolmodel of als motivator een rol kunnen spelen in het stimuleren van sport en bewegen, en het verminderen van ongezond gedrag. Door ook nog te weten welk van de eerder genoemde mechanismen het meest motiverend werkt voor de gemiddelde klas of een individu (dus bijvoorbeeld sociale steun of sociale vergelijking), wordt het steeds beter mogelijk om sport- en beweeggedrag te stimuleren.

### Rol van de LO-docent?

Naast leeftijdsgenoten (Bell et al., 2014; Van Woudenberg et al., 2018) worden ook professionals, zoals docenten en trainers, belangrijker bij een zelfstandig wordend kind (Sevil et al., 2018). De LO-docent zelf kan als professional dan ook een belangrijke actor in het sociale netwerk van jongeren zijn die sportdeelname kan stimuleren. Dit kan zowel via het mechanisme van sociale steun, sociale facilitatie, en sociale identificatie en, hoewel in mindere mate, via het mechanisme van sociale vergelijking (de meeste gymdocenten staan wat betreft leeftijd en vaardigheden natuurlijk wat verder weg van de leerlingen). De mate waarin een LO-docent voor een individuele leerling van belang is verschilt echter per kind en is ook niet stabiel binnen een kind; de weg naar volwassenheid is voor elk kind immers anders. Wat wel vaststaat is dat wanneer er onvoldoende rekening wordt gehouden met de individuele behoeften, dit kan leiden tot minder ervaren sport- en beweegplezier. Bijvoorbeeld bij het indelen in groepen, waarbij sommige kinderen graag de competitie met anderen of zichzelf willen aangaan (prestatiemotief), terwijl anderen juist op basis van sociale aspecten in een team willen komen (spelmotief). Ook met de manier van begeleiden kan vervolgens worden aangesloten bij de motieven en behoeften. Wanneer dit niet goed op elkaar aansluit, kunnen niet alleen jongeren hierdoor minder plezier in het sporten ervaren en dus eerder uitvallen, ook kan dit gevolgen hebben voor de invloed die de LO-docent als actor in het sociale netwerk van een jongere heeft.

Immers, het is aannemelijk dat iemand die rekening houdt met de individuele ontwikkeling en behoefte van een persoon een belangrijkere rol in het sociale netwerk inneemt dan iemand die geen hier geen oog voor heeft.

### Inzicht

Het is dus van belang dat de docent inzicht creëert in 1) het sociale netwerk en 2) de individuele kenmerken en behoeften van elke leerling. Maar hoe doe je dat dan in de setting van het bewegingsonderwijs? Helaas is daar nu nog geen bevredigend antwoord op te geven. In de literatuur worden verschillende (onderzoeks-) methodes gebruikt om de relaties tussen klasgenoten in kaart te brengen. Deze methodes zijn echter erg arbeidsintensief in zowel het uitvoeren als het analyseren en interpreteren en zijn niet geschikt om veelvuldig toe te passen in de praktijk. Over het in kaart brengen van individuele behoeften en beweegmotieven, en hoe je hier als docent bij kunt aansluiten, is wel al meer bekend (zie bijvoorbeeld Cobussen, 2015). Er zijn verschillende relatief korte en eenvoudige vragenlijsten die je als docent kunt

gebruiken en ook door leerlingen te bevragen kun je veel informatie verkrijgen. Door beter te weten hoe het sociale netwerk hier ook een rol in kan spelen, kunnen deze twee aspecten gecombineerd worden. Hoe je dit op een goede manier doet, willen wij de komende jaren verder onderzoeken om vervolgens specifieke aanbevelingen en tools voor docenten te ontwikkelen. Maar ook kleine stapjes kunnen hierin al waardevol zijn. Vraag bijvoorbeeld aan leerlingen welke sport zij beoefenen en waarom ze dat leuk vinden, breng in kaart welk motief of motieven leerlingen hebben om te sporten, om leerlingen met vergelijkbare interesses te verbinden. Of vraag heel direct met wie een leerling wel of echt niet samen wil gymmen en laat leerlingen regelmatig zelf groepen vormen tijdens de gymles waarbij je criteria meegeeft als vaardigheid en motief. Op basis van wat nu bekend is in de literatuur durven wij te stellen dat hiermee al de kans wordt vergroot dat de lessen bewegingsonderwijs nog meer bijdragen aan een leven lang bewegen. Of in ieder geval aan het bewegen in en tijdens de middelbare schooltijd.

### Ter afsluiting

Het sociale netwerk kan door de LO-docent op twee manieren worden ingezet om kinderen te motiveren een leven lang te sporten. Enerzijds door te weten wie wie beïnvloedt in de klas en anderzijds door te beseffen dat de docent zelf een belangrijke actor vormt in het netwerk van het kind. In deel 3 zullen we verder ingaan op de resultaten van het lopende longitudinale onderzoek bij leerlingen van vijf middelbare scholen en met verdere suggesties komen hoe een langdurende sportparticipatie van middelbare scholieren kan worden bevorderd. ●



### Bronnen

Scan de QR-code naar de bronnen



[bit.ly/3XHNTtp](https://bit.ly/3XHNTtp)

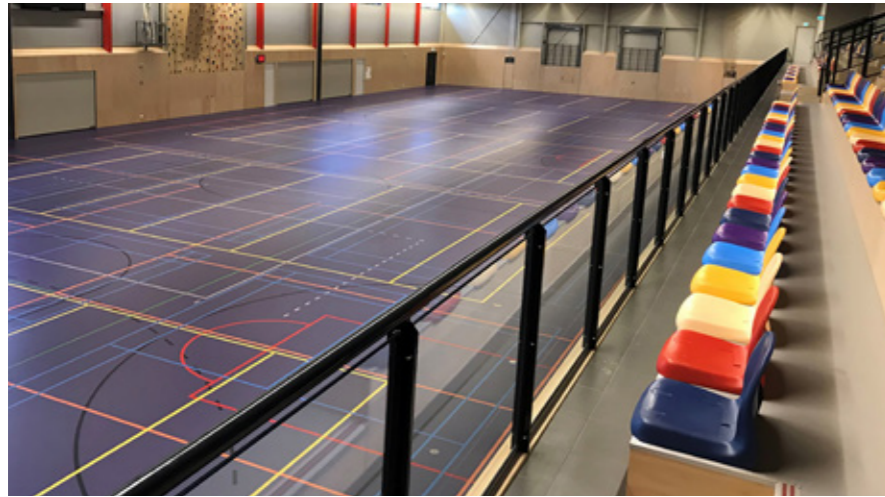
### Contact

[femke.vanabsouwde@ru.nl](mailto:femke.vanabsouwde@ru.nl)  
**Femke van Absouwde, Hidde Bekhuis, Gwennyth Spruijtenburg** en **Bert Steenbergen** zijn respectievelijk als post-docs, promovendus en hoogleraar verbonden aan de Radboud Universiteit in Nijmegen. **Sebastian Platvoet** is als hoofddocent/onderzoeker verbonden aan de HAN academie Sport en Bewegen. Dit artikel komt voort uit het project *Transitions into active living*, een 5-jarig NWO-onderzoeksproject (projectnummer (NWA.1160.18.249) naar de invloed van drie grote transities op sportparticipatie.  
**Foto's**  
 Anita Riemersma  
**Kernwoorden**  
 sociale netwerken, autonomie, puberteit



# De moderne gymzaal

## Sportzaal en sporthal



**De artikelen 1 tot en met 8 van de serie moderne gymzaal waren vooral gericht op een zelfstandig gymlokaal en zijn eveneens van toepassing voor sportzalen en sporthallen. Sportzalen en sporthallen worden overdag meestal voor bewegingsonderwijs gebruikt door primair en voortgezet onderwijs. In de avonden en weekenden worden de accommodaties gebruikt door sportverenigingen. In deze aflevering worden algemene aspecten van sportzalen en sporthallen besproken en aspecten die van belang zijn voor bewegingsonderwijs in die sportaccommodaties.** | Tekst Folkert Buiten en Odin Wenting

### Sportzaal

#### Afmetingen

Een sportzaal die geschikt is voor bewegingsonderwijs heeft twee zaaldelen die afzonderlijk kunnen worden ingezet door het gebruik van een akoestische scheidingswand. Beide zaaldelen hebben ten minste de afmetingen van een gymzaal. In artikel 2 van deze serie is aangegeven dat de afmetingen van een gymzaal ten minste 22,3 x 15,4 meter zijn binnen de wanden. Dit betekent dat de afmetingen van een sportzaal ten minste 31,2 x 22,3 meter zijn. De lengte van 31,2 meter is opgebouwd uit tweemaal 15,4 meter breedte van een gymzaal plus 0,4 meter voor de dikte van een akoestische scheidingswand.

#### Hoogte

De obstakelvrije hoogte van een sportzaal is ten minste 5 meter als de hal wordt gebruikt voor het bewegingsonderwijs van het primair onderwijs. Voor het voortgezet onderwijs is een obstakelvrije hoogte van 7,0 meter nodig. Het verdient aanbeveling om altijd uit te gaan van een obstakelvrije hoogte van ten minste 7,0 meter voor gebruik door onderwijs en sportverenigingen.

### Sporthal

#### Afmetingen

Een sporthal die geschikt is voor bewegingsonderwijs heeft ten minste drie haldelen die afzonderlijk kunnen worden ingezet door het gebruik van akoestische scheidingswanden. Ieder haldeel

heeft ten minste de afmetingen van een gymzaal. In artikel 2 van deze serie is aangegeven dat de afmetingen van een gymzaal ten minste 22,3 x 15,4 meter zijn binnen de wanden. Dit betekent dat de afmetingen van een sporthal met drie haldelen ten minste 47,0 x 22,3 meter zou moeten zijn. De lengte van 47,0 meter is opgebouwd uit driemaal 15,4 meter breedte van een gymzaal plus tweemaal 0,4 meter voor de dikte van een akoestische scheidingswand.

#### Breedte

De breedte van 22,3 meter van een sporthal is onvoldoende voor zaalsporten die in een sporthal plaatsvinden. Een sporthal die toekomstbestendig is en geschikt is voor zowel alle zaalsporten als het bewegingsonderwijs heeft een breedte van ten minste 26,0 meter. Derhalve zijn de minimale afmetingen van een sporthal 47,0 x 26,0 meter.

#### Hoogte

De obstakelvrije hoogte van een sporthal is ten minste 7,0 meter. De minimale hoogte kan groter zijn, als dat voor een bepaalde sport nodig is. De benodigde hoogte voor een regulier sporthal kan oplopen tot 11,0 meter.

#### Zaal- en haldelen

Sportzalen hebben twee zaaldelen en sporthallen hebben drie of meer haldelen. De zaal- en haldelen zijn niet altijd gelijk. Het komt voor dat een sporthal uit twee haldelen bestaat. De scheidingswand deelt de sporthal dan in twee gelijke delen of in een 2/3 haldeel en een 1/3 haldeel. De scheidingswanden zijn van belang voor het bewegingsonderwijs en voor optimale verhuur aan verschillende sportverenigingen.

#### Nevenruimten

Per zaal- of haldeel zijn er twee kleed-wasruimten nodig en een toestellenberging. In de artikelen 11 en 12 in deze serie wordt aandacht

besteed aan deze belangrijke sportondersteunende ruimten. Deze ruimten dienen geschikt te zijn voor bewegingsonderwijs.

#### Inrichting en inventaris

De inrichting en inventaris worden in een volgend artikel besproken. Voor het bewegingsonderwijs biedt de KVLO een jaarlijks geactualiseerde conceptlijst voor de inrichting en inventaris van speellokalen en gymzalen. In de lijst wordt onderscheid gemaakt tussen primair- en voortgezet onderwijs. Het is een brutolijst die de scholen in de gelegenheid stelt om keuzes te maken. Voor sportzalen en sporthallen met meerdere sportruimten wordt geadviseerd om te kiezen voor variaties in inrichting en inventaris, zodat er meer mogelijkheden zijn voor differentiatie in het aanbod van bewegingsonderwijs.

De sportvloer is besproken in artikel 3 van deze serie.

### Belijning

#### Sportbelijning

De belijning in een sportzaal en sporthal is uitgebreider dan die van een gymzaal (zie artikel 2). De belijning dient aan een aantal voorwaarden te voldoen. De belijning mag geen negatieve invloed hebben op een correct oordeel van scheidsrechters en spelers. Er dient voldoende contrast te zijn tussen belijning en sportvloer en tussen de belijning onderling. De kleuren

van de belijning zijn voorgeschreven. In tabel 1 staan de voorgeschreven kleuren, alsmede een richtlijn voor de kleur van onderwijsbelijning en suggesties voor overige belijning.

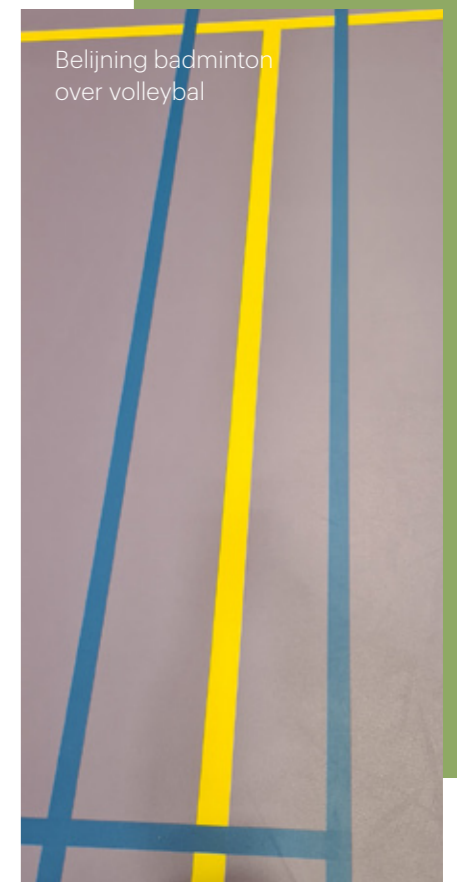
#### Onderwijsbelijning

Voor bewegingsonderwijs kunnen onderwijslijnen worden toegepast. Deze lijnen delen de sportzaal of sporthal in de lengterichting in bijvoorbeeld drie delen. Naast de lijnen in de lengterichting kunnen lijnen in de breedterichting worden toegepast, die ieder haldeel in de breedterichting in tweeën delen. In ieder haldeel ontstaan dan zes deelvlakken om te gebruiken voor de gymles. Docenten bewegingsonderwijs dienen aan te geven welke belijning zij willen gebruiken voor hun lessen.

#### Volgorde belijning

De belijning wordt in een vaste volgorde aangebracht. De kleinste velden liggen boven de grotere velden. De volgorde waarin de belijning van onder naar boven wordt aangebracht is:

- onderwijsbelijning
- basketbal bucketlijnen in plaats van basketbalvelden in de breedte
- mini-handbalvelden
- combiveld 40.000 mm x 20.000 mm
- basketbalvelden
- volleybalvelden
- badmintonvelden



### Multifunctioneel

Een sportzaal en een sporthal zijn multifunctionele accommodaties met als hoofdgebruikers het bewegingsonderwijs en sportverenigingen. Multifunctionaliteit en over wat nog meer zou kunnen in een sportzaal en sporthal, is onderwerp van een volgend artikel. Daarbij wordt een relatie gelegd met het '2+1+2-beleid.' Een sportzaal en meer nog een sporthal zijn veel multifunctioneler inzetbaar voor bewegingsonderwijs dan een enkele gymzaal. ●



#### Contact

[folkertbuiten@gmail.com](mailto:folkertbuiten@gmail.com)  
[info@odinwenting.nl](mailto:info@odinwenting.nl)

**Folkert Buiten** is programmamanager multifunctionele accommodaties  
**Odin Wenting** is sporttechnisch en bouwkundig adviseur sportaccommodaties

#### Foto's

Odin Wenting  
**Kernwoorden**  
huisvesting, sportzaal, sporthal, belijning, zaaldeel, haldeel

Kleuren belijning sportvloer		
	Kleur	Ralnummer
Combiveld	Zwart	9005
Basketbal	Rood	3020
Volleybal	Geel	1023
Badminton	Blauw	5012
Onderwijs	Groen	6018
Tennis	Wit	9010
Overige belijning 1	Grijs	7004
Overige belijning 2	Oranje	2005



# Terugblik op samen 21 jaar hoofdbestuur KVLO

**Na de ALV van 10 december namen Engelbert Nikkels, Goos Karsten en Stella Salden afscheid van het hoofdbestuur (HB) van de KVLO. Samen kijken zij terug op totaal '21 jaar HB'.**

| Interview Ger van Mossel

## Achtergrond van Goos, Engelbert en Stella

Engelbert Nikkels was negen jaar als penningmeester verbonden aan het HB. Volgens de statuten van KVLO eindigt een bestuursfunctie automatisch na drie termijnen van drie jaar. Engelbert is 'bijzonder lid' van onze vereniging, want anders mocht hij als 'niet-LO-er' geen lid worden van de vereniging en daarmee ook niet van het bestuur. Met Engelbert haalde de KVLO iemand binnen met een achtergrond in de accountancy. In zijn dagelijkse werk is Engelbert financieel manager van een woningcorporatie in de Noordoostpolder.

Goos Karsten was eveneens negen jaar lid van het HB. Goos is opgeleid aan de Calo Arnhem en was vijftien jaar docent LO en vijf jaar schoolleider in het voortgezet onderwijs (vo). Na zo'n twintig jaar vo is Goos overstapt in een leidinggevende functie in het middelbaar beroepsonderwijs (mbo) en is vooral verbonden bij de sport- en beweegopleidingen. Momenteel zit hij in de leiding van het Graafschap College in Doetinchem bij de sector Zorg, Welzijn en Sport. In zijn vrije tijd is Goos bestuurslid van de stichting GA (Gezond Actief) bij de gemeente Harderwijk. GA voert namens de gemeente het beleid uit voor het bewegingsonderwijs in het

po, Jongeren op Gezond Gewicht (JOGG), senioren sport en het sportparkmanagement. Goos is in de volle breedte betrokken bij sport, bewegen en vitaliteit.

De roots van Stella Salden liggen in de Kalo Tilburg, tegenwoordig Fontys Sporthogeschool in Eindhoven. Met studievrienden kijkt zij nog vaak terug naar die fantastische tijd. De opleiding was zeer waardevol voor hun persoonlijke ontwikkeling. Stella is, na een paar jaar te hebben lesgegeven in zowel po als vo, de verbinding gaan zoeken tussen sport, gezondheid en zorg. Zij heeft onder andere gewerkt bij de provincie Limburg, de ouderbond, de ziekenhuisapotheekers en de verloskundigen. Gemeenschappelijk was vitaal en gezond zijn met bewegen en sport als belangrijk onderdeel. Tegenwoordig is zij voorzitter/bestuurslid van NU'91, de beroepsorganisatie voor zorgprofessionals, en onder andere bestuurslid van IZZ Zorgverzekering.



**Stella: Bewegen en sport is ongelofelijk belangrijk voor de persoonlijke ontwikkeling van het opgroeiende kind**

## Wat was jullie motivatie om destijds te solliciteren bij het HB?

Goos: "Bert Boetes, mijn voorganger, tipte mij over de vacature bij het HB. Bert had evenals ik een achtergrond in het mbo bij de sector sport en bewegen. Door te solliciteren en vervolgens lid te worden van het bestuur bleef het aandachtsgebied mbo vertegenwoordigd."

Engelbert: "Mijn motivatie was om mijn expertise vanuit de woningcorporatiesector breder in te zetten in het maatschappelijk middenveld. Daar hoort zorg, onderwijs én ook bewegingsonderwijs bij. Ikzelf heb namelijk iets met bewegen en sport. Door de KVLO ben ik vervolgens als lid van de Raad van Toezicht betrokken geraakt bij het voortgezet onderwijs. Ik houd me graag bezig op het snijvlak van zorg en welzijn. Ik hoop daar met mijn ervaring van toegevoegde waarde te zijn."

Stella: "De basis lag in mijn opleiding. Voor mij was voorzitter worden van HB-KVLO een mooie stap om in het werkveld van LO iets te kunnen betekenen. Bewegen en sport is ongelofelijk belangrijk voor de persoonlijke ontwikkeling van het opgroeiende kind en noodzakelijk voor een gezonde

samenleving. Daar wil ik heel graag een bijdrage leveren."

## Wat is jullie 'KVLO-passie'?

Goos: "Als mensen meer beweegmogelijkheden hebben, 'goed leren bewegen' is niet voor niets ons motto, dan kan dat tot heel veel levensvreugde leiden. Bewegen als doel op zich. Als iets lukt en het pakt goed uit dan geeft dat zoveel beweegplezier. Plezier in bewegen zit in m'n DNA. dat laat je nooit meer los."

Engelbert: "Natuurlijk het bewegen is belangrijk, maar ook de sociale kant van samen bewegen. In mijn schooltijd was LO altijd al een ander vak dan andere vakken. In ons vak LO zit bewegen, sport, gezondheid en burgerschap. Ook aan burgerschap, bijvoorbeeld hoe ga je met elkaar om, kunnen wij een mooie bijdrage leveren!"

Stella: "Goed leren bewegen is enorm belangrijk, dat is waar alle vakdocenten dagelijks mee bezig zijn in de lessen. Daarnaast is het belangrijk dat het vak een sterke positie heeft. Vakdocenten en de KVLO spelen daarin een hele belangrijke rol, verbinding maken met andere partijen. Die positie van KVLO mag sterker, de KVLO zou dat meer mogen opeisen. Het vak is noodzakelijk voor het creëren van een gezonde samenleving voor huidige en toekomstige generaties."

Stella: "KVLO staat voor kwaliteitsvolle LO. KVLO zou een meer leidende rol kunnen spelen om samen met de opleidingen en vakdocenten het gesprek en de discussie aan te gaan. Welke standpunten nemen we in en welke keuzes maken we bij bepaalde zaken, bijvoorbeeld het geven van cijfers? Wat is het standpunt van de KVLO? Zodat we naar de buitenwereld helderder kunnen verwoorden waar we met z'n allen voor staan."

## Toen jullie begonnen, wat was jullie indruk over de vakvereniging?

Engelbert: "Als ik denk aan de vakvereniging dan denk ik: 'het is al heel goed geregeld'. Dat zie je ook in de degelijke organisatie. Toen ik de



Goos Karsten

jaarrekening bekeek, dacht ik: 'Als penningmeester loop ik geen risico, dat durf ik wel aan'. Financieel, en nog steeds, zit het goed in elkaar. Ik heb heel nauw samengewerkt met Lyda (Westerbeek, red.), een enorm fijne collega. Van de leden spreek ik vooral de kaderleden en zie de gedrevenheid, de passie en de inzet van die mensen. Bij vergaderingen en kaderdagen voelde ik me als buitenstaander meteen welkom, als 'één van'. Heel bijzonder als 'bijzonder lid'."

Goos: "Bij mijn binnenkomst zag ik een bestuur dat de eerste stappen had gezet op weg naar 'hoe vinden we een goede balans tussen een bestuur op afstand en een niet te afstandelijk bestuur?'. Hoe kunnen we daar een weg in vinden? Verder was er een nieuwe verhouding tussen het bestuur en de directeur en het bureau met allemaal gedreven mensen. Dat was een paar jaar op gang en moest zich nog doorontwikkelen. Als ik kijk naar de leden en dan vooral op de ledenvergadering, zie je dat naarmate de leeftijd vordert er een enorme passie

en gedrevenheid is. De laatste jaren zie je ook dat jonge collega's hun nek gaan uitsteken voor de KVLO, een nieuwe dynamiek van de vereniging. Waar we de oudere collega's niet zijn kwijtgeraakt, zijn er jongere collega's opgestaan. De vertegenwoordiging van de verschillende leeftijdsgroepen is toegenomen. Dat is een mooie ontwikkeling in de loop der jaren, een andere setting dan negen jaar geleden."

Goos: "Ik ken geen andere vakvereniging die zo gedreven en verbonden is met elkaar als de KVLO. De leden hebben een automatische klik met elkaar. KVLO vertegenwoordigt de belangen van haar leden en het vak en heeft een onderwijs-inhoudelijke poot. Het is voor een docent LO interessant om lid te zijn want KVLO helpt zowel inhoudelijk als bij rechtspositionele zaken."

Stella: "In de vakvereniging zit heel veel energie, gedrevenheid en kennis. De vereniging bestaat uit enorm gepassioneerde leden,



bureaumedewerkers en bestuursleden. Ik zag een bruisende en actieve vereniging. Op organisatorisch-bestuurlijk vlak was behoefte aan doorontwikkeling van de verenigingsstructuur en professioneel bestuur.”

#### Welke taken hebben jullie uitgevoerd en waar zijn jullie trots op?

Engelbert: “In naam ben ik penningmeester, maar het meeste boekhouden gebeurt op het bureau. Ik ben vooral sparringpartner voor Lyda en Cees (Klaasen, red.). De laatste jaren was ik bijvoorbeeld nauw betrokken bij het ICT-project en ben natuurlijk bij de gesprekken met de accountant. Op die manier had ik veel contacten met het bureau. Ik ben trots op het betrekken van alle afdelingen bij de geconsolideerde begroting en het jaarverslag van de gehele KVLO. Daar hoort ook de financiële stand van zaken van de afdelingen bij.”

Stella: “Vanuit mijn rol als voorzitter

ben ik trots dat er een heel hecht bestuursteam is ontstaan waarin iedereen gerespecteerd werd om zijn/haar inbreng en kennis. En dat er een breed gedragen koers ligt.”

Goos: “We zijn als bestuur gezamenlijk verantwoordelijk voor de gehele breedte van het bewegingsonderwijs. Behalve voor financiën werken we niet vanuit bepaalde portefeuilles. Gezien mijn achtergrond heb ik wel altijd een antenne gehad voor het mbo. De positie van het vak in het po en vo is een andere dan in het mbo waar het deel uitmaakt van burgerschap, het onderdeel bewegen en sport is daarin heel klein. Ik ben er trots op dat mbo-4-opgeleiden zijn geadopteerd door KVLO, ook zij kunnen toetreden als lid van de KVLO. Het tweede waar ik trots op ben is dat we bij het koersplan de luiken iets verder hebben opengezet dan bewegen alleen. Zoals aanpalende gebieden als vitaliteit en gezondheid en bewegen onder en na schooltijd.

Onze reikwijdte is bewust breder dan alleen de lessen bewegingsonderwijs.”

#### Hoe was jullie aanpak? Waardoor werd deze gekenmerkt?

Stella: “Ondanks enkele moeilijke opgaven zijn we altijd open en transparant geweest en zijn we de discussie en het gesprek aangegaan. We zijn moeilijke uitdagingen niet uit de weg gegaan. We hebben dat in goed overleg met de leden, de afdelingen en enkele bureaumedewerkers gedaan.”

Goos: “In het bestuur zijn we altijd open en eerlijk naar elkaar toe geweest. Er was altijd ruimte voor andere opvattingen en inzichten. In de structuur was er iets van afstand, maar in de setting hebben we geprobeerd dichtbij de leden te blijven. In de relatie zoeken we naar nabijheid. Het zit 'm niet in de hiërarchie, maar in verschillen in verantwoordelijkheden van bestuur, bureau, afdelingen en leden. En dat proberen te bewaken. Vanuit je persoonlijke betrokkenheid ben je geneigd om je op operationele zaken te richten, terwijl een bestuur op afstand zich moet bezighouden met de grotere beleidskaders. Die zoektocht daarin een goede balans te vinden, was wel een kenmerk van het bestuur in deze mooie vereniging.”

Engelbert: “Helemaal mee eens! Ik vul graag aan met de enorme ‘collegialiteit’. De ene keer pakte het ene bestuurslid iets op en de volgende keer een ander. We hebben het steeds met z'n allen gedaan. In lastige situaties zijn we ook standvastig gebleven, we hebben elkaar gesteund en hebben niet steeds met alle winden meegewaaid. We stonden ergens voor en waren daarin altijd zuiver.”

Stella: “Ook professioneel! Besturen is op de dag van vandaag geen vrijblijvendheid meer. Er is steeds strengere wet- en regelgeving van professioneel goed besturen en naar *good governance* te handelen. Deze stap hebben we als bestuur gemaakt. We hadden of zelf de kennis in huis of haalden deze van buitenaf. Ook dat hebben we open en transparant gedaan. Binnen de vereniging zie ik een zelfreinigend vermogen. Afdelingen staan

op en maken zich sterk voor een professionele vereniging, en integriteit. Afdelingen komen op voor een gemeenschappelijk belang van KVLO.”

#### Wat wensen jullie het HB, jullie opvolgers, en KVLO toe?

Goos: “We staan voor een statutaire wijziging en een nieuwe structuur. Ik wens het hoofdbestuur en de nieuwe vormen ledenraad toe dat zij samen goed met de beleidsontwikkeling en -verantwoording uit de voeten kunnen. Maak er mooie dingen van!”

Engelbert: “Daar sluit ik me graag bij aan. Daarnaast wens ik het bestuur de nodige steun van de afdelingen en de ledenraad toe. Draagvlak van onderop is nodig, want besturen is niet altijd makkelijk.”

Goos: “De afgelopen jaren hebben we van diverse kanten gehoord dat we niet te bescheiden moeten zijn in onze profilering naar buiten. Bij de leden is daarin een grote behoefte. Wie behalve de vakdocenten kennen de KVLO? Laat maar zien dat we er zijn! Via communicatie moeten we onze positie in het brede netwerk van sport, bewegen, gezondheid en welzijn verstevigen. Bewegingsonderwijs heeft een grote maatschappelijke waarde, durf daarvoor te staan

Engelbert: “KVLO en de vakwereld van LO hebben goud in handen! Van alles op school zijn de LO-lessen bij mij blijven hangen, die herinner ik me, daar heb ik mij ontwikkeld in het bewegen en in de ontwikkeling als persoon. Met onze bijdrage aan de aanpalende gebieden vullen wij een hele grote maatschappelijke rol. Draag dat breed uit!”

Stella: “Heel mooi is dat we een ledenraad krijgen die strategisch opereert, democratisch gekozen is en waarin elk



Engelbert Nikkels

lid een gelijke stem heeft. Het is goed dat we als vereniging blijven doorontwikkelen. KVLO is al belangrijk en zal steeds belangrijker worden.”

#### Wat wensen jullie de leden, de professionals, toe?

Stella: “Voor het werkveld en de opleidingen is het enorm belangrijk om samen te staan voor kwaliteit en deze gezamenlijk te bewaken. Goed leren bewegen blijft enorm belangrijk. Daarnaast zijn er allerlei ontwikkelingen en innovaties die moeten worden meegenomen, zoals digitalisering en nieuwe vormen van sport en bewegen. Niet in plaats van ‘goed leren bewegen’, maar om kinderen en jongeren te stimuleren een leven lang met plezier te bewegen als onderdeel

van een actieve en gezonde leefstijl.”

Goos: “Ik wens de leden toe dat ze in hun eigen werkomgeving de ruimte krijgen en ook durven te nemen om nieuwe ontwikkelingen naar binnen te halen. Kijk bijvoorbeeld hoe je de ontwikkelingen in de urbansports handen en voeten kunt geven. Zorg dat je als docent LO een breed arsenaal aan beweegervaringen aanbiedt. Verbind je tot nieuwe beweegomgevingen en vernieuwde sportaccommodaties.”

Stella: “Ik gun de KVLO ook een enorme verjonging toe. Er zijn enorm veel jonge enthousiaste docenten die openstaan voor nieuwe ontwikkelingen en inzichten en van daaruit een inhoudelijke bijdrage kunnen leveren. In een goede mix van ervaring en vernieuwing, dat is de kracht van KVLO.”

Engelbert: “Zeg met trots dat je lid bent van KVLO.” ●



Bewegingsonderwijs heeft een grote maatschappelijke waarde

**Mery Graal**

is een vrouw van onbestemde leeftijd en geeft les op een school ergens in Nederland.

# Stage!

Ik heb weer stagiairs. Dat is heel erg leuk. Ik was even vergeten hoe leuk dat is. Voordat mijn eerste kind geboren was, had ik ook stagiairs maar daarna ben ik ermee gestopt. Toen mijn collega terugkwam van de stagedocentenavond op de alo en verhalen vertelde werd ik weer enthousiast. Meteen meldde ik mij aan voor een stagiair. Ik kon er de week erop al twee verwelkomen. De alo zit kennelijk te springen om stageplekken.

De school waar ik werk, ergens in het midden van het land, is van christelijke grondslag. We starten en eindigen de dag met een gebed. De ene stagiair pakte dat meteen op, de ander had daar moeite mee. Dat had te maken met hun achtergrond. Tja, zo werkt dat nu eenmaal bij ons op school. Ik had het erover met een vriendin die op de Vrije school in de buurt werkt. Daar krijgt iedere leerling een hand bij binnenkomst en bij het verlaten van het lokaal na het eind van de les.

Wat voor de een vanzelfsprekend is, kan voor de ander een belemmering zijn. Toch heeft de stagiair, na enige aarzelweken de stoute schoenen aange-trokken en zich in het gebed gestort. Hij vertelde best zenuwachtig te zijn. Uiteindelijk ging het hem goed af.

Je vraagt je misschien af wat voor impact zo'n start/eind heeft op de gymles. Dat ligt helemaal aan de boodschap die je in zo'n gebed stopt. Die hoeft niet zwaar te zijn maar geeft je wel een focus op wat je gaat doen of wat je hebt gedaan. Je past het gebed aan naar wat je in de les voor doel hebt en vraagt God om steun bij de uitvoering. Het kan ook iets algemeen zijn en hoeft niet van toepassing te zijn op de les. Persoonlijk geef ik daar wel de voorkeur aan. Het is toch een kwestie van richten van de aandacht.

Maar nu de stagiairs. Wat een verschil kan er zijn. De een vol energie en aandacht, proactief en initiatiefrijk, de ander afwachtend met kopieergedrag. Je laat de ene student beginnen, krijgt een mooie voorbereiding met differentiaties die hout snijden. De volgende dag krijg je voor een parallelklas een voorbereiding van de ander die veel lijkt op de vorige. Nu kan dat omdat het een parallelklas is. Echter in de les merk je dat de keuzes die worden gemaakt niet passend zijn. De student volgt het programma maar kijkt niet naar wat nodig is. De differentiaties staan er maar worden niet gebruikt. Er is geen eigenaarschap van de inhoud.

In de nagesprekken die we hebben weet student 1 de keuzes te verantwoorden. De ander wacht af en geeft alleen antwoord op de gestelde vragen. Geen initiatief. Pff best lastig. Ik was even vergeten dat ook dat erbij hoort. Je wilt niet meteen een oordeel vellen. Bij wat doorvragen blijkt de stagiair niet lekker in zijn vel te zitten. De thuissituatie speelt daarin een rol. Navraag op de alo zorgt voor een beter beeld. Inmiddels is via de mentor op de alo een traject gestart om de student te helpen bij de problemen.

Het stagemaatje ging voor in gebed om hulp te vragen. Een mooi gebaar. Dan is zo'n stage ineens weer schitterend! ●

Fijne feestdagen,

**Mery Graal**

# Fysiek ingrijpen als docent, een uitspraak van de rechter

**Wanneer je als docent vindt dat een leerling gecorrigeerd moet worden in de les, dan is het uitgangspunt dat je dat verbaal doet. Fysiek ingrijpen (anders dan in didactische zin hulpverlening bij een bewegingsituatie) is in beginsel niet toegestaan, tenzij er sprake is van een noodsituatie.**

Het fysieke ingrijpen moet dan een laatste redmiddel zijn (*last resort*) waarbij het ingrijpen minder schadelijk is dan het niet fysiek ingrijpen. En ook in zo'n situatie moet het fysiek ingrijpen altijd zo proportioneel mogelijk zijn (niet meer dan noodzakelijk). Een uitzonderlijke situatie van fysiek ingrijpen kan zelfverdediging zijn waarbij je als docent geen andere weg ziet.

Onlangs deed de Rechtbank Overijssel uitspraak in een zaak die zich eind 2021 afspeelde. Deze zaak speelde zich af op een school voor (voortgezet) speciaal onderwijs voor leerlingen met gedragsproblemen of (psychiatrische) stoornissen. Op de betreffende dag waarop het incident zich afspeelt treft de docent 's ochtends een zeventienjarige leerling die samen met andere leerlingen knalerwten aan het gooien is. De docent verzoekt hen daarmee te stoppen. Diezelfde middag deden de leerlingen het opnieuw, binnen het schoolgebouw en op een plaats tussen jongere leerlingen waardoor veel onrust ontstond. De docent zou de betreffende zeventienjarige leerling hierop vervolgens aangesproken hebben in de gymzaal en een tik hebben gegeven tegen het hoofd. De docent beweert zelf dat hij een zwaai met zijn hand heeft gemaakt waarbij hij slechts door de haren van de leerling is gegaan. Getuigen (waaronder een collega) van de docent menen echter dat zij gezien hebben dat de docent een tik/klap gaf.

De werkgever (school) benadrukt dat fysiek contact nooit is toegestaan, behalve in uitzonderlijke situaties, waarvan hier geen sprake was. Ook verwijt de school de docent dat hij het incident niet uit eigen beweging heeft gemeld bij zijn leidinggevende noch de ouders heeft bericht. De school verzoekt de rechtbank de arbeidsovereenkomst te beëindigen vanwege verwijtbaar handelen van de docent. Ook stelt de school dat er inmiddels een verstoorde arbeidsrelatie is ontstaan tussen de school en de docent. De school meent dat om die redenen het dienstverband niet in stand kan blijven.

## De rechtbank benadrukt het volgende

Er is onmiskenbaar iets voorgevallen dat een serieuze reactie verdient. Ook als het 'maar' gaat om een slaande beweging, waarbij een leerkracht de haren van een leerling raakt, was er sprake van een stellig af te keuren fysieke reactie van een leerkracht op een leerling. Het was een incident dat niet had mogen plaatsvinden en waarvoor geen excuus is, gelet op de ongelijke machtsverhouding tussen leerkracht en leerling. Een leraar hoort niet naar een leerling uit te halen, ook niet als die leerling zich zeer storend of wellicht zelfs gevaarlijk gedraagt en eerdere waarschuwingen heeft genegeerd.

Maar dit was ook een eenmalig incident van een werknemer met 35 jaar onderwijservaring en een goede staat van dienst. De leerling lijkt er ook niet al te erg door aangedaan te zijn, in die zin dat hij niet heeft verklaard over letsel of een aangifte wegens mishandeling heeft overwogen. De docent heeft berouw getoond. De docent heeft het direct uitgesproken met de leerling en zijn excuses aangeboden, wat ook blijkt uit de verklaring van de leerling en een getuige. Ook tijdens de zitting heeft de docent duidelijk gemaakt dat hij niet wist wat hem overkwam, dat hij ervan schrok en meteen inzag dat er iets gebeurde wat niet had mogen gebeuren. Al met al komt de rechtbank tot de conclusie dat de docent verkeerd heeft gehandeld maar wel in dienst mag blijven. Mogelijk is de arbeidsrelatie door het gebeuren verstoord maar de scholenorganisatie bestaat uit 38 scholen er is vast een passende plek elders te vinden als dat noodzakelijk blijkt.

## Conclusie

Fysiek ingrijpen mag niet zomaar. In dit geval liep het goed af voor de docent maar dat komt ook door de specifieke context en omstandigheden (lees daarvoor de gehele uitspraak op [www.rechtspraak.nl](http://www.rechtspraak.nl) ECLI:NL:RBOVE:2022:934). Wees zeer terughoudend met fysiek ingrijpen en bespreek bij voorkeur al preventief binnen school onder welke omstandigheden dit gerechtvaardigd kan zijn. Neem vooral contact op met de KVLO bij vragen. ●

# ONDERWIJS

## Flexroosters en keuzewerktijd in het vo: niet voor LO?

In het vo hebben de laatste jaren steeds meer scholen de lestijden aangepast en meer flexibele lesroosters ingevoerd. De lesduur is op veel scholen aangepast van 50 minuten naar 45 of 40, 60 of 70 minuten. Vaak is de reden bezuinigingen, maar ook om ruimte te creëren in het rooster om leerlingen meer keuzes te bieden. Leerlingen meer keuzeruimte en autonomie geven is goed, zeker in de bovenbouw, maar dat mag en kan niet ten koste gaan van voldoende beweegtijd en kwalitatief goede lessen bewegingsonderwijs.

Een voorbeeld van een school waar jaren terug over is gegaan naar lessen van 45 minuten. Dit was nodig om te bezuinigen en om meer keuzes mogelijk te maken. De lestabel LO was 3-2-3-2-1 (met lessen van 50 minuten). Met het 45-minutenrooster is de lestabel LO aangepast naar 3-3-3-2-2. In de onderbouw werd en wekelijks acht lessen van 50 minuten gegeven (400 min). Met lessen van 45 minuten worden wekelijks negen lessen gegeven (405 minuten). De KVLO heeft een rekenmodule waarmee je als vaksectie kunt zien of je lestabel voldoet aan de beleidslijn van de inspectie.

**De KVLO heeft een rekenmodule waarmee je als vaksectie kunt zien of je lestabel voldoet aan de beleidslijn van de inspectie.**

### LO in of uit het flexrooster

LO kan je beter uit het flexrooster laten omdat we het enige vak zijn waar is vastgelegd dat leerlingen tijdens hun schoolloopbaan voldoende beweegtijd moeten krijgen. De beleidslijn van de inspectie (2014) gebaseerd op het amendement uit 2005 stelt dat op vmbo wekelijks minimaal 2,5 les van 50 minuten wordt gegeven, gespreid over de gehele schoolloopbaan en tot kerst van het examenjaar. Op havo zijn dat wekelijks gemiddeld 2,2 lessen van 50 minuten en op vwo 2,0. Als dit geldt voor alle leerlingen, dan zal LO uit het flexrooster moeten blijven. Wel kan er extra LO in flextijd worden aangeboden. Die extra tijd wordt nu op scholen vaak aangeboden met sportklassen in de onderbouw en met BSM/LO2 als examenvakken in de bovenbouw.

Rekenmodule  
 De rekenmodules zijn als KVLO-lid te downloaden op MijnKVLO. Scan de QR-code naar de rekenmodule



VMBO - LO1 Referentietabel volgens beleidslijn	1) vul de lesduur in minuten in				
	2) vul het aantal lessen per week in				
Lessen van 50 minuten	Tabeluren (lessen 50 minuten)		aantal klokuren	Totaal aantal klokuren	
Klas	aantal lessen per week	lesminuten per les	per week	per week	per jaar
1	3	50	3	2,5	100
2	3	50	3	2,5	100
3	2	50	2	1,7	67
4	2	50	2	1,7	67
Totaal aantal klokuren vmbo	<b>10</b>		<b>2,5</b>	<b>2,1</b>	<b>333</b>
Gemiddeld aantal tabeluren (50 minuten)	<b>2,5</b>	Referentie beleidslijn: minimaal 2,5 lessen van 50 minuten			

# SCHOLING

## Vooraankondiging

**19 april a.s. landelijke studiedag po/so/vo in Den Haag**

**5 juni a.s. van 09.00 - 18.00 uur Studiedag 'Urban United'**

De KVLO organiseert in samenwerking met Urban Basic de eerste landelijke Urban studiedag 'Urban United' in Pier 15 Skatepark te Breda. Hét event waar Urban sports en onderwijs elkaar ontmoeten. Een dag waar leren, netwerken en ervaren centraal staan.

'Urban sports' is een verzamelnaam voor verschillende straat- en buitensporten waaronder skateboarden, BMX, freerunnen, breakdance, calisthenics en 3x3 basketbal waarbij cultuur, groepsgevoel en persoonlijke uitdaging een belangrijke rol spelen. Het begrip 'Urban' brengt nieuwe en interessante inzichten met zich mee die in het (bewegings)onderwijs en met de huidige maatschappelijke uitdagingen enorm van meerwaarde kunnen zijn.

Laat je inspireren door ervaren sporters, trainer-coaches en experts uit de Urban sports. Wissel kennis uit rondom thema's zoals: het overwinnen van angsten, Urban spel-/lesvormen, risicovol leren, de 5 Urban fundamentals en de DARE to MOVE methode. Ervaar zelf hoe het is om het maximale uit jezelf en anderen te halen tijdens de verschillende 'jamsessies' en leg waardevolle contacten met Urban professionals bij jou in de buurt.

Het is een netwerkdag voor specialisten in of van Urban sports. Voor de docenten, buurtsportcoaches is het een studiedag om inspiratie op te doen in Urban sports.

Houd onze nieuwsbrief en site in de gaten voor de start van de inschrijving.

### Scholing

**Kijk op onze website voor meer informatie omtrent kosten en inschrijven.**

[www.kvlo.nl/wat-we-doen/scholing/](http://www.kvlo.nl/wat-we-doen/scholing/)



### Kosten en tijd voor scholing

Wist je dat je op grond van de cao recht op tijd en geld voor scholing hebt?

- In het primair onderwijs heb je per jaar recht op een persoonlijk scholingsbudget van 83 uur (bij 1 fte). Tevens stelt de werkgever voor individuele professionele ontwikkeling in het primair onderwijs (op schoolniveau) per jaar een bedrag van € 500,- per fte beschikbaar.
- In het voortgezet onderwijs heb je per jaar recht op een persoonlijk scholingsbudget van 83 uur (bij 1 fte). Voor individuele professionele ontwikkeling heeft de leraar in het voortgezet onderwijs recht op een bedrag van € 600,- per jaar (bij 1 fte).
- In het mbo heb je per jaar recht op een persoonlijk scholingsbudget van minimaal 59 uur (bij 1 fte). Daarnaast dient de werkgever de scholing die (mede) in het belang is van de instelling te vergoeden (stel dit vast met je werkgever).
- In het hbo heb je een basisrecht van 40 uur voor scholing (bij een dienstverband onder de 0,4 fte is dat wat lager). De werkgever dient de scholing die in het belang is van de instelling te vergoeden (stel dit vast met je werkgever).

De bovenstaande rechten beschrijven alleen de individuele rechten en de basis daarvan. De volledige rechten zijn beschreven in de cao. Aanvullend op de individuele rechten hebben werkgevers in alle onderwijssectoren ook een collectief scholingsbeleid met faciliteiten (tijd en geld) aanvullend op de hierboven beschreven individuele budgetten.

### Scholingen van afdelingen en opleidingsorganisaties

Op de webkalender vind je scholingen van de diverse afdelingen en opleidingsorganisaties.



[www.kvlo.nl/kalender](http://www.kvlo.nl/kalender)

# EEN MASTER VOOR ELKE KLAS!

**ALO Nederland is het samenwerkingsverband van de zes landelijke Academies voor Lichamelijke Opvoeding (ALO). In dit samenwerkingsverband bundelen de zes opleidingsinstituten hun krachten en werken hierin nauw samen op het gebied van kennisontwikkeling, kennisdeling en innovatie.**

Afzonderlijk dragen de ALO's bij aan het beste bewegingsonderwijs door het eerste graads opleiden van deskundige beweegprofessionals op bachelorniveau: de leraar Lichamelijke Opvoeding (m/v). Daarnaast is het, samen met anderen, voortdurend professionaliseren van het werkveld van de Lichamelijke Opvoeding één van de belangrijke opdrachten van de ALO's. Het volgen van een masteropleiding draagt daar uitdrukkelijk aan bij. Een master voor elke klas!

Hieronder vind je het aanbod van relevante masteropleidingen. We nodigen je van harte uit op een van de periodieke informatieavonden. Bezoek de website van de betreffende hogeschool voor specifieke data of [www.alo.nl](http://www.alo.nl) voor het complete overzicht.

## MASTER SPORT- EN BEWEGINGSONDERWIJS

De Master Sport- en Bewegingsonderwijs richt zich op leraren Lichamelijke Opvoeding die klaar zijn voor de volgende stap.

Die zichzelf willen ontwikkelen en gefundeerde invloed uitoefenen op het vak LO op de eigen school. Die in staat willen zijn om in het eigen vakgebied échte verandering in te zetten en LO naar een hoger niveau te brengen.

Deze master legt het accent op het beïnvloeden van gedrag, het verbinden van school, sport en maatschappij en curriculumvernieuwing binnen de Lichamelijke Opvoeding.

## MASTER PHYSICAL EDUCATION AND SPORT PEDAGOGY

Deze master is een praktijkgerichte opleiding (Lichamelijke Opvoeding en Sportpedagogiek) waarin drie thema's centraal staan: onderbouwing van de lesgeefpraktijk in sport en bewegen, verrijking van pedagogisch leiderschap en professionele identiteit en het 'prachtige risico' van sportpedagogiek. Je levert een bijdrage aan innovatie in het bewegingsonderwijs, de sportpedagogiek en alles wat daarmee samenhangt.

## MASTER SPORT- EN BEWEEGINNOVATIE

Het profiel van een Master Sport- en Beweeginnovatie sluit optimaal aan op de professionaliseringsbehoefte in het werkveld. Je bent in staat de benodigde innovatie daadwerkelijk te realiseren en te verankeren in jouw dagelijkse beroepspraktijk. Door de flinke dosis inhoudelijke kennis, maar ook door de aangeleerde verandermanagementvaardigheden en leidinggevende capaciteiten. Bovendien fungeren masters in Sport- en Beweeginnovatie vaak als rolmodel voor professionals in hun omgeving door de combinatie van inhoudsdeskundigheid en praktijkgerichtheid.

## MASTER TALENTONTWIKKELING & DIVERSITEIT

Deze masteropleiding geeft de kans om in een leer-gemeenschap van gemotiveerde collega's kennis, vaardigheden en ervaring te verrijken en te verdiepen. Het geleerde kan meteen worden toegepast in de eigen klas. Je voert zelfstandig en samen met anderen onderzoek uit naar de onderwijspraktijk. Daarnaast doe je nieuwe inspiratie op tijdens gastcolleges en een internationale studiereis naar een of meerdere interessante onderwijslanden.



fontys.nl



windesheim.nl



han.nl



hanze.nl

**ALO**

N E D E R L A N D

Dit bericht wordt je aangeboden door ALO Nederland.

ALO Nederland staat voor Meesterschap, Vooruitgang en Energie en draagt bij aan het allerbeste bewegingsonderwijs. Goed leren bewegen op weg naar een leven lang bewegen.  
Website: [www.alo.nl](http://www.alo.nl) / Volg ons op Twitter: @alo\_nl

## Bureausluiting

In verband met de feestdagen is het KVLO-bureau gesloten van vrijdag 23 december t/m vrijdag 30 december 2022. Vanaf maandag 2 januari t/m vrijdag 6 januari 2023 is het KVLO-bureau telefonisch bereikbaar van 09.00-13.00 uur. Vanaf maandag 9 januari is het KVLO-bureau op werkdagen weer bereikbaar tussen 09.00-17.00 uur. Je kunt natuurlijk altijd contact met ons opnemen via de contactpagina van de website [KVLO.nl](http://KVLO.nl); houd er dan rekening mee dat in verband met de vakantieperiode een reactie langer op zich kan laten wachten. Wij wensen jullie fijne feestdagen toe!

## Dag voor LO

De (studie)Dag voor LO, met als thema 'Met plezier leren bewegen en sporten op school', vond op 23 november in Windesheim (Zwolle) plaats. Op deze studiedag waren er LO-docenten, buurtsportcoaches, vakspecialisten en belangstellenden uit de onderwijs- en de sportsector. Scan de QR-code voor een foto-impressie.



[bit.ly/3GPG3b5](https://bit.ly/3GPG3b5)

## Jubileumdiner 160 jaar KVLO

Na de Dag voor LO, tijdens de Nacht van het Sportonderzoek, vond het 'Jubileumdiner 160 jaar KVLO' in theater De Spiegel in Zwolle plaats. De (160-)jarige vakvereniging werd, na een welkomstwoord van voorzitter Stella Salden, via een videoboodschap door de minister van onderwijs Dennis Wiersma gefeliciteerd. Daarna werd er een diner op de ronde tafels op het podium van het theater uitgeserveerd aan afdelingsbestuurders, medewerkers en (ere-)leden. Tijdens het diner waren er presentaties over de geschiedenis van de LO door Kees van Tilborg, Frans Kaandorp en het duo Jo Lucassen en Hans Dijkhoff. De avond op het podium werd door een pubquiz van Justus Beth en Daniel Rewijk afgesloten, met daarin een fantastische battle tussen twee jonge voetbaljongleurs. Scan de QR-code voor beelden van de battle en de avond.



[bit.ly/3UauBtR](https://bit.ly/3UauBtR)

## Contributieregeling KVLO

In de algemene ledenvergadering van 10 december 2022 is een nieuw contributievoorstel voor het jaar 2023 vastgesteld. De nieuwe contributietarieven per categorie en een uitleg van deze tarieven, zijn te zien via deze QR-code.



[www.kvlo.nl/wie-we-zijn/lidmaatschap](http://www.kvlo.nl/wie-we-zijn/lidmaatschap)

## Afdelingscontributie

Boven op de contributie vragen afdelingen om een klein bedrag van tussen de 5 en 15 euro per jaar. Met deze bijdrage organiseert jouw afdeling lokale activiteiten. Studentleden en ondersteunende leden betalen geen afdelingscontributie. Neem voor meer informatie over de afdelingscontributie contact op met het bestuur van jouw afdeling.

## Korting

Veel leden kunnen de contributie verrekenen met hun bruto-inkomen. Hiervoor dien je een betaalbewijs in te leveren bij je werkgever. Dit betaalbewijs staat voor je klaar in het ledenportaal zodra jouw betaling van de volledige contributie in de administratie is verwerkt. Wil je weten of deze regeling ook voor jou geldt? Kijk op de website.

## Wijzigingen doorgeven

Het is belangrijk dat onze gegevens van jou up-to-date zijn. Ben je afgestudeerd, heb je studievertraging of ben je veranderd van sector of werkgever? Laat het ons weten, zodat we je zo goed mogelijk kunnen vertegenwoordigen en helpen bij vragen. Wanneer je dit niet aan ons doorgeeft, delen we je in op grond van de huidige sector- en werkveldverhoudingen. Verhuisd of een ander e-mailadres? Geef wijzigingen makkelijk aan ons door via het ledenportaal of via [leden@kvlo.nl](mailto:leden@kvlo.nl).

Ben je dit jaar met pensioen gegaan, geef dit dan door aan de ledenadministratie via [leden@kvlo.nl](mailto:leden@kvlo.nl).

## Eenvoudig betalen

Betalen kan gemakkelijk via automatische incasso of iDeal. Bij automatische incasso of zelf overmaken kan dit ook in delen. De contributie wordt bij automatische incasso in januari, maart en mei van jouw rekening afgeschreven.

## Contact

Heb je vragen of opmerkingen over de contributieregeling? Neem contact met ons op via het ledenportaal of via [leden@kvlo.nl](mailto:leden@kvlo.nl).



# BONUS

TER DISCUSSIE

## Mogen kinderen nog spelen in het bewegingsonderwijs?

**Een kind dat de wereld gaat ontdekken, doet dat spelend. In dit artikel vraag ik mij af of kinderen nog wel (voldoende) mogen spelen in de lessen bewegingsonderwijs.**

| Tekst Jaap Verhagen

### Inleiding

Voordat een kind kennis maakt met instanties zoals kinderopvang en scholen beweegt het zich door de wereld en komt in contact met anderen en het andere (de dingen) door manipulatie waarbij fantasie eindeloos kan zijn. Een stoel kan een huisje om onder te schuilen zijn, maar ook een auto om in te rijden. Anderen zijn medereizigers of chauffeurs en gaan mee op reis. Materialen zoals zand, water en bladeren zijn een onuitputtelijke bron van manipulatie en fantasie. Wat kan je wel niet allemaal maken van zand, takken en bladeren?

### De rol van volwassenen

Dan gebeurt er iets vreemds in het leven van jonge kinderen. Volwassenen gaan de wereld begrenzen. Dat begint thuis. Het kind mag maar een beperkte tijd in de tuin spelen aan de eettafel moet

vooral gegeten kunnen worden en kan dus niet constant een vliegtuig of schuilhut zijn. Papa en mama moeten echt andere dingen doen en die stoel (auto) hebben ze echt nodig om op te zitten als er gegeten gaat worden. Spelen wordt aan regels en tijd gebonden. "Kijk uit voor elkaar." "Ruim je op?" "Nee daar mag je niet mee spelen, dat is gevaarlijk of daar niet voor gemaakt." krijgt het kind te horen. Ook in het bewegingsonderwijs gebeurt dat, bijvoorbeeld: de rode lijn is uit, na twee minuten moet je van keeper wisselen, de teams zijn op sterkte gemaakt door de leerkracht, je mag alleen die materialen gebruiken.

### De rol van instanties

Wanneer het kind naar een kinderdagverblijf of gastgezin gaat, moet het met nog meer regels en anderen rekening houden. Iedereen zit op

zijn eigen stoel, we eten op die tijd, speelgoed moet je delen en je mag niet alles door elkaar gebruiken. Of nog erger, je mag alleen maar met die materialen en met die kinderen, daar spelen voor zolang. Later op



Spelen wordt aan regels en tijd gebonden

de basisschool wordt een dag misschien nog wel meer gestructureerd. Er is immers een dagplanning en er zijn leerdoelen (vooral cognitief!). De volwassenen gaan het spel van het kind inperken. Vanuit een misplaatst gevoel, idee van veiligheid, controle en 'dat kan je nog niet'.

Wat is dat, dat die volwassenen denken dat ze 'controle' moeten behouden? Dat situaties anders 'onveilig'

worden? Wat kan er gebeuren? Dat een spel start, verder gaat, uitloopt, of eindigt? Dat gebeurt als je speelt, spel ontstaat, spel gaat verder, spel dooft, spel ontvlamt en spel eindigt. Zonder vaste afspraken, regels, tijd. Juist vanuit spontaniteit, vanuit de wil/behoefte om te spelen met de wereld als speelveld. Als ik dan op een basisschool kom en ik zie kinderen die moeten kiezen uit materialen en een plek en een bepaalde tijd voor hun spel krijgen, want om 10.30 uur is het tijd voor fruit en wat te drinken, denk ik waarom? Is het niet 'misdadig' of in ieder geval beperkend om kinderen uit hun spel te halen? Om regels op te leggen? Omdat het nu eenmaal is gepland, omdat volwassenen denken dat eten belangrijker is, dat spel wel kan stoppen, dat spel wel weer kan starten. In het bewegingsonderwijs zie ik helaas bijvoorbeeld het volgende: er moet na tien minuten doorgedraaid worden, het spel moet in die afgebakende ruimte, met deze materialen gespeeld worden, de leerkracht bepaalt de regels, want dat is dan voor iedereen gelijk en goed te handhaven.

Dat is anders dan afspraken maken of laten maken. Om het dagprogramma vast te stellen, dat vaststaat. Misschien is het spel wel zo tof vandaag dat het kind helemaal nog geen fruit of drinken wil. Misschien is het vandaag wel eerder afgelopen en gaat het kind pas later weer spelen. Misschien wil het kind vandaag juist eerst meer en langer kijken en (nog) niet meespelen of niet met hem of haar. Spelen komt en gaat en komt en gaat weer. Het mooie van spel is dat het letterlijk en figuurlijk vrij is. Je weet van tevoren niet weten hoe het verloopt en of het speelt en hoeveel en hoelang en wat de energie doet. Klopt, het is moeilijk om daar afspraken over te maken, maar daar zit juist de essentie van spel. Afspraken maken kan niet of nauwelijks, afspraken beklemmen, beperken het spel.

De Nederlandse schoolomgeving is helaas te vaak ingericht om cognitief, eendimensionaal te leren. Dat er bij iedereen in meer of mindere mate sprake is van meervoudige intelligentie (Gardner, 2006) wordt ontkend of weggewoven, niet belangrijk (genoeg)



bevonden. Ons onderwijssysteem is gestoeld op cognitie en reproductie van feiten en methoden. Kinderen vanaf vier jaar worden 'voorbereid' op een maatschappij waarin helaas (te) veel aandacht is voor classificeren. Als je op die en die leeftijd dat kan en weet, dan ontwikkel je binnen de norm die gesteld is. Dat ontwikkeling met sprints en ook veel langzamer voor

langere en kortere periodes verloopt en per kind anders is en onder andere afhankelijk van omgeving, relaties en zeker ook mogelijkheden tot spelen, wordt in meer of mindere mate voor lief genomen.





Het enige dat nodig is: ruimte, zo weinig mogelijk regels, vrijheid, tijd, ontmoeten, ontdekken, een speelse geest, dus los van 'kaders' en verplichtingen

De theorie van meervoudige intelligentie (Gardner, 2006) leidt tot drie conclusies:

- 1 Iedereen heeft de volledige 'range' van intelligenties, dat maakt ons menselijk.
- 2 Geen twee individuen hebben precies dezelfde intelligentie profielen, zelfs niet eenenige tweelingen. Zelfs met dezelfde genen komen verschillende ervaringen die de intelligenties verschillend prikkelen.
- 3 Een hoge mate van (meervoudige) intelligentie betekent niet dat iemand per se intelligent handelt.

Deze drie conclusies zorgen voor sterke onderwijskundige, politieke en culturele vragen zoals: waarom ontwikkelt het ene kind zich beter, sneller, anders? Waarom functioneert

een kind wel of niet in een bepaalde omgeving? Waarom wordt een bepaalde mate van aanpassing op een bepaalde leeftijd al verwacht en welke consequenties heeft dat voor een kind dat sterk is in andere intelligenties dan de organisatie of cultuur waar het deel van uitmaakt?

Gardner schrijft dat hij gelooft dat de Westerse maatschappij aan de volgende drie vooroordelen leidt:

- 1 'Westist', het plaatsen van bepaalde Westerse waarden op een voetstuk. Logisch denken wordt waardevol geacht. Maar lichamenlijk-kinetische intelligentie, spatiele-ruimtelijke, muzikale en inter- en intrapersoonlijke intelligentie een stuk minder.
- 2 'Testist' suggereert een vooroordeel in de richting van menselijke

capaciteiten die zijn te testen. Een overwaardering van kwalificatie zoals Biesta (2018) die beschrijft. Er wordt meer waarde gehecht aan bijvoorbeeld kennis van formules en kunde in het gebruiken van die formules dan aan creatief denken, zoals bijvoorbeeld mogelijkheden van deze steen bedenken, hoe kan je de steen weergeven. Dit laatste is namelijk niet of slecht meetbaar. Epstein (2020) beschrijft in zijn boek *Range* dat juist een breed perspectief en brede(re) ontwikkeling leidt tot meer creativiteit en intelligenter en autonomer handelen. Bij kinderen wordt spelen, waarin juist creativiteit en autonomie van belang zijn, al vanaf jonge leeftijd ingebonden en beperkt en ontnomen. Wat blijft er dan over van een breed perspectief?

- 3 'Bestist', het geloof dat alle antwoorden voor een bepaald probleem in een bepaalde aanpak liggen. Als je zo doet dan kom je bij dat en dat klopt. Een andere, bredere, gevarieerde, creatieve aanpak met eventueel andere antwoorden past niet. In spel is dat ook te zien. Speel op die manier want dat past, klopt. Dat mensen een andere manier en andere kijk kunnen hebben en anders willen en kunnen spelen wordt onderdrukt of weggewuifd.

### Controle loslaten

(Beginnende) docenten zoeken naar controle. En dat gebeurt vaak via regels, maar juist die regels beperken het spel, hinderen de creativiteit, zorgen ervoor dat het spel niet van de kinderen wordt en blijft. Maar spel is juist niet-ernst (Huizinga, 2008 (1938)). En sport met haar in zichzelf gekeerde structuur, regels en instructies mist de belangrijkste kracht van spel, namelijk vrijheid en ongebondenheid. Meeuwsen (2022) vroeg zich in haar essay in dit magazine al af of we niet toe zijn aan een geïntegreerd, materieel spelbegrip, waarin ook ruimte is voor de sacrale, verspillende functie van spel, juist in het bewegingsonderwijs. Spel dat wordt gespeeld, geleefd en komt en gaat op het ritme van het spel van de kinderen.

### Samen spelen



Kijkend naar organisaties zie ik dat, werken, helaas niet of nauwelijks nog als spelen wordt gezien. Terwijl de parallellen te trekken zijn. Hoeveel leuker, creatiever, verfrissender, grappiger en speelser wordt je werk wanneer je uit het 'keurslijf' van de organisatie kunt en mag stappen en weer kunt gaan spelen. Spelen met je lijf, met anderen, in zelf samengestelde groepen of alleen, met eigen regels en eigen oorsprong en uitdaging. Het enige dat nodig is: eventueel een bal, ruimte, eventueel medespelers, vooral zo weinig mogelijk regels, vrijheid, tijd, ontmoeten, ontdekken, een

speelse geest, dus los van 'kaders' en verplichtingen.

Als je dan ook nog wegblijft van de nadruk op intellect en de verbinding met je eigen lijf en dat van anderen en met de omgeving vergroot, kun je weer echt gaan spelen en in spelen ontstaat creativiteit spelend vanzelf.

Wil je nu zelf (beter) leren spelen in je organisatie en denk je wie speelt er dan met ons, kijk dan eens op [www.tap2top.nl](http://www.tap2top.nl) of [www.veronon.nl](http://www.veronon.nl) en we spelen graag met je mee. ●



#### Bronnen

Biesta, G. (2015). *Het prachtige risico van onderwijs*. Culemborg: Uitgeverij Phronese.  
Epstein, D. (2020). *Range*. Penguin Putnam Inc.  
Gardner, H. (2006). *Multiple Intelligences*. New York: Basic Books.  
Huizinga, J. (2008 (1938)). *Homo Ludens*. Amsterdam: Athenaeum Boekhandel Canon.  
Meeuwsen, S. (2022). *Homo Ludens in onze tijd; inspiratiebron of fetisj*. LO Magazine, 110(6), 4-8.

#### Contact

[jaapverhagen@me.com](mailto:jaapverhagen@me.com)  
Jaap Verhagen werkt als ondernemer in coaching, onderwijs en sport voor zijn eigen bedrijf

#### Kernwoorden

spel, spelen, pedagogiek, visie



Spelen komt en gaat en komt en gaat weer



# Expertise in talentherkenning en talentontwikkeling

Goed voor de leerling en het vak!

Anno 2022 zijn er in Nederland duizenden talentvolle kinderen/jongeren die hun sport op een hoog niveau beoefenen en de droom van topsporter najagen. Het is echter zeldzaam dat de vakleerkracht bewegingsonderwijs een actieve rol speelt in hun sportieve ontwikkeling. “Weet je, al die leerlingen die het uiteindelijk hebben gehaald in de topsport bezaten altijd één belangrijke vaardigheid; ze zorgen ervoor altijd alles goed voor elkaar te hebben, op school en in de sport. Ze pakten alles serieus op en namen zelfregie en verantwoordelijkheid. Bij de leerlingen die het niet hebben gehaald miste ik dat vaak, ook in de gymles zag je dit.” Had dit ook een tekst van jou kunnen zijn? Waarschijnlijk wel want het grootste deel van de vakleerkrachten die al enige tijd werkzaam zijn in het onderwijs hebben ooit wel eens talentvolle sporter(s) in hun lessen gehad. In veel gevallen blijft de rol van de leerkracht bewegingsonderwijs beperkt tot deze observatie. Echter, de vakleerkracht is een uitstekende professional in het herkennen en ontwikkelen van vaardigheden die cruciaal zijn om succesvol te kunnen worden in de sport. Daar liggen kansen, voor de leerkracht, de leerling, het vak bewegingsonderwijs en de sport. | **Tekst** Sebastiaan Platvoet, Mark de Niet en Jasper de Greef

## Talent

Als we tien mensen vragen om een definitie van talent krijgen we tien verschillende antwoorden. Een goede definitie houdt in elk geval in dat talent 1) individueel is, 2) onder invloed is van tal van factoren, en 3) in ontwikkeling is (Baker, Wattie, & Schorer, 2019). Juist door de complexiteit van het begrip talent is talentherkenning vaak een onnauwkeurig proces. Het voorspellen wie heel goed gaat worden in een sport, is als kijken in een glazen bol. Mede hierom is er ook kritiek op het vroeg selecteren van kinderen. De selectie vindt voornamelijk plaats op basis van de prestatie van het kind in de specifieke sport op een bepaald moment. Dit heeft als consequentie dat kinderen die jong minder goed kunnen presteren kansen worden ontnomen. Kortom, er gaat talent verloren. Vroeg selectie kan ook

negatieve consequenties hebben voor de geselecteerden. Kinderen komen vaak al jong in een meer prestatieve omgeving, krijgen te maken met druk (om te presteren en ontwikkelen), hebben minder tijd kind te zijn en worden min of meer gedwongen vroeg te specialiseren. Is het nodig om vroeg te selecteren om uiteindelijk heel goed te worden in een sport? In de wetenschap is hier geen direct bewijs voor en juist steeds meer bewijs voor het tegendeel. Sporters die op volwassen leeftijd excelleren in de sport zijn vaak niet op jonge leeftijd al geselecteerd en beoefenden op jonge leeftijd vaak veel verschillende sporten (Güllich, Macnamara, & Hambrick, 2021).

## De talentherkenner

Is het een gekke gedachte dat de vakdocent bewegingsonderwijs een rol speelt in het herkennen van

sportief talent? Uit eerder onderzoek is gebleken dat kinderen met veel sportieve mogelijkheden op jonge leeftijd gekenmerkt worden door generieke vaardigheden (Platvoet, Elferink-Gemser, Baker, & Visscher, 2015). Met name een goede werkhouding en sportief leervermogen worden als belangrijk gezien, ongeacht de sport die de kinderen beoefenen (Platvoet, Elferink-Gemser, & Visscher, 2018). Daarnaast zijn talentvolle sporters op jonge leeftijd sterk in veel verschillende beweegvaardigheden. Het bewegingsonderwijs is een plek waar de beheersing van deze vaardigheden goed kan worden herkend. Enerzijds door de veelheid en variatie aan activiteiten die worden aangeboden waardoor de vakdocent een goed zicht heeft op de breed motorische vaardigheid van een kind. Anderzijds door de sterke focus van

	Indicatie moeilijkheid	Beschrijving
<input type="checkbox"/>	★	Bespreek/maak inzichtelijk bij de start van je les wat je vandaag gaat doen en wat je van leerlingen verwacht
<input type="checkbox"/>	★	Blijf gedurende de les de doelen voor vandaag herhalen, bijvoorbeeld tijdens de wisselingen van activiteiten
<input type="checkbox"/>	★	Beloon inzet door middel van het geven van complimenten hierop
<input type="checkbox"/>	★	Wees positief door taalgebruik en lichaamshouding
<input type="checkbox"/>	★★	Maak leerlingen, indien mogelijk, verantwoordelijk voor les onderdelen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• op- en afbouw les</li> <li>• leiding geven bij warming up</li> </ul>
<input type="checkbox"/>	★★	Geef elke leerling minimaal tweemaal feedback op inzet of uitvoering. Maak daarbij gebruik van: <ul style="list-style-type: none"> <li>• de sandwich methode</li> <li>• positieve feedback</li> <li>• correctieve feedback/feedforward</li> </ul>
<input type="checkbox"/>	★★	Ga na of leerlingen/sporters oefeningen kiezen passend bij hun mogelijkheden
<input type="checkbox"/>	★★★	Geef de leerlingen feedback op de uitvoering passend bij de gestelde doelen
<input type="checkbox"/>	★★★	Maak voor, tijdens, of na je les korte informele praatjes met leerlingen
<input type="checkbox"/>	★★★	Vraag naar de mening van leerlingen op lesinhoud, eigen inzet en ontwikkeling
<input type="checkbox"/>	★★★	Draag er zorg voor dat elke leerling individueel de activiteit(en) evalueert

\*Hoe meer sterren des te complexer de handeling voor de docent

**Figuur 1** De checklist waarmee je als docent/trainer-coach na kan gaan of je voldoet aan de voorwaarden om tijdens de les een optimaal ontwikkelklimaat te creëren

het bewegingsonderwijs op ontwikkelen in combinatie met de pedagogische en didactische kwaliteiten van de vakleerkracht. Juist hierdoor kunnen werkhouding, sportief leervermogen en de ontwikkeling in beweegvaardigheid goed in kaart worden gebracht. Ter ondersteuning kan de gymdocent gebruikmaken van bestaande motoriektesten en observatie-instrumenten. Zo wordt in Nederland de BLOC-test, de Athletic Skills Track (MQ scan) en de 4's-test ingezet om zowel de zwakke als sterke bewegers te detecteren. Voor het meer objectief in kaart brengen van werkhouding, sportief leervermogen en interpersoonlijke vaardigheid is een observatietool ontwikkeld (SISP) (zie voor

meer informatie De Niet et al., 2020). Kinderen die zowel motorisch en in gedragsvaardigheden goed scoren bezitten veel sportieve mogelijkheden. Ouders kunnen geïnformeerd worden over de sportieve mogelijkheden van hun kind, bijvoorbeeld via het rapport en/of tijdens een 10-minuten gesprek. In een optimale situatie is de docent bewegingsonderwijs ook in gesprek met de sport(vereniging) om te zien of de sportieve mogelijkheden van het kind ook daar voldoende worden herkend.

## De talentontwikkelaar

De vakleerkracht bewegingsonderwijs kan ook een belangrijke rol spelen in het ontwikkelen van talent. In de sport

is steeds meer bewustzijn dat goede motorische en goede gedragsvaardigheden voorwaardelijk zijn om later te kunnen excelleren in de sport. Het begrip breed motorisch opleiden (BMO) valt daarbij steeds vaker weg. Aangezien het bewegingsonderwijs per definitie kinderen breed motorisch ontwikkelt zou het logisch zijn als een inhoudelijke samenwerking tot stand komt tussen school, sportvereniging en eventueel de buurtsportcoach. Door een betere afstemming tussen bewegingsonderwijs en de sport(vereniging) kan tot een beter programma worden gekomen voor de talentvolle beweger. In de eerste fase van de sportcarrière, de sampling jaren genoemd, zo tussen de 6 en 12 jaar,

zijn de breed motorische en gedragsvaardigheden goed te ontwikkelen (Côté, 1999). Door leerlijnen en de coördinatieve vermogens met elkaar te combineren ontstaat een breed scala aan mogelijkheden om alle kinderen op hun eigen niveau te blijven uitdagen, ook de sterke bewegers (De Greef & Theunissen, 2016). Ook de sterke bewegers blijven zo steeds weer uitgedaagd worden en ontwikkelen naast motorische vaardigheden aspecten als doorzettingsvermogen, hard werken en steeds op zoek zijn naar uitdaging. Dit zijn aspecten die onderliggend zijn aan werkhouding en sportief leervermogen. Werkhouding en sportief leervermogen kunnen door de vakleerkracht (en trainer-coach) expliciet ontwikkeld worden door een doelgerichte didactiek toe te passen.

Een doelgerichte didactiek kenmerkt zich door 1) doelgerichte oefeningen, 2) doelgerichte instructie en 3) doelgerichte individuele mogelijkheden (Platvoet, Elferink-Gemser, Kannekens, de Niet, & Visscher, 2016). Voor de vakleerkracht hebben we in de laatste jaren een checklist ontwikkeld die handvatten geeft om dit doelgerichte klimaat neer te zetten in de gymles (zie figuur 1 voor een deel van de checklist). Door de verschillende onderdelen toe te passen creëer je als docent een klimaat waarin op een plezierige wijze gewerkt wordt aan verbetering van de eigen prestatie. Centraal staat daarin dat leerlingen zelf steeds keuzes maken en verantwoordelijk worden voor hun eigen leerproces. Diverse onderzoeken laten zien dat deze kwaliteiten kenmerkend zijn voor kinderen die in de sport en onderwijs ver komen (Toering et al., 2011). Echter, dit zijn vaardigheden die bij alle kinderen ontwikkeld moeten worden waardoor de kans dat alle kinderen hun sportieve potentie benutten wordt vergroot.

### Een last of een lust

Toch horen we ook een ander geluid; 'bewegingsonderwijs en talent horen niet bij elkaar. De vakleerkracht is al druk genoeg om de kinderen die achterblijven in hun sportieve ontwikkeling te helpen, laat staan dat hij/zij ook nog aandacht moet geven aan die

kinderen die op sportief vlak het juist al goed doen'. Echter, de vakleerkracht heeft een verantwoordelijkheid voor alle kinderen. Goed kunnen bewegen en vroeg geselecteerd worden in een sport is geen enkele garantie op een succesvolle sportcarrière. Bij kinderen die op jonge leeftijd werden herkend als talent is de sportuitval hoog door onder meer motivatieverlies en blessures. Dat heeft negatieve consequenties voor een leven lang met plezier bewegen, daar waar het bewegingsonderwijs voor staat en een basis voor legt. Het proces van herkennen en ontwikkelen van sportief talent kan in Nederland beter worden ingericht als de vakleerkracht bewegingsonderwijs hier een rol in speelt en vooral ook de samenwerking heeft met de sport(vereniging). De vakleerkracht kan met zijn/haar expertise er zorg voor dragen dat in de sport een minder excessieve focus komt op presteren door ouders en sport(vereniging) te ondersteunen en te adviseren en door jonge talentvolle bewegers in een vertrouwde (school)- omgeving te helpen verder te ontwikkelen. Op langere termijn zal dit leiden tot meer waardering en aanzien voor het vak bewegingsonderwijs en tevens ook tot meer sportief succes. Daar zijn wij van overtuigd. ●



#### Bronnen

Scan de QR-code naar de bronnenlijst



<https://bit.ly/3F7JKqg>

Baker, J., Wattie, N., & Schorer, J. (2019). A proposed conceptualization of talent in sport: The first step in a long and winding road. *Psychology of Sport and Exercise*, 43(December 2018), 27-33. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.12.016>  
Côté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent

in sport. *Sport Psychologist*, 13(4), 395-417. <https://doi.org/10.1123/tsp.13.4.395>  
Güllich, A., Macnamara, B. N., & Hambrick, D. Z. (2021). *What Makes a Champion? Early Multidisciplinary Practice, Not Early Specialization, Predicts World-Class Performance*. <https://doi.org/10.1177/1745691620974772>  
De Greef, J. & Theunissen, R. (2014). Beweegtalent in het basisonderwijs: een klas(se) apart? *Lichamelijke Opvoeding*, 102(5), 26-29.  
De Niet, M., De Greef, J., Spruijtenburg, G. & Platvoet, S.W.J. (2020). *Bewegen kun je leren. Het talent van elk kind telt*. Hogeschool van Arnhem en Nijmegen, Nijmegen.  
Platvoet, S.W.J., Elferink-Gemser, M. T., Kannekens, R., de Niet, M., & Visscher, C. (2016). Four weeks of goal-directed learning in primary physical education classes. *Perceptual and Motor Skills*, 122(3). <https://doi.org/10.1177/0031512516648729>  
Platvoet, S.W.J., Elferink-Gemser, M. T., & Visscher, C. (2018). For Future Athletic Success Work Attitude Capacity and Sport Learning Capacity in Experts' Perceptions Most Important in 6 - 8 Year Olds. *Psychology*, 09(14), 2885-2895. <https://doi.org/10.4236/psych.2018.914167>  
Platvoet, S.W.J., Elferink-Gemser, M. T., Baker, J., & Visscher, C. (2015). Physical education teachers' perceptions of sport potential: development of the Scale for Identification of Sport Potential (SISP). *Annals of Research in Sport and Physical Activity*, (6), 61-79. [https://doi.org/10.14195/2182-7087\\_6\\_4](https://doi.org/10.14195/2182-7087_6_4)  
Toering, T., Elferink-Gemser, M., Jordet, G., Jorna, C., Pepping, G. J., & Visscher, C. (2011). Self-regulation of practice behavior among elite youth soccer players: An exploratory observation study. *Journal of Applied Sport Psychology*, 23(1), 110-128. <https://doi.org/10.1080/10413200.2010.534544>  
**Contact**  
[sebastiaan.platvoet@han.nl](mailto:sebastiaan.platvoet@han.nl)  
**Sebastiaan Platvoet**, **Mark de Niet** en **Jasper de Greef** zijn alle drie verbonden als hoofddocent/onderzoeker aan de HAN academie sport en bewegen. In hun onderzoek richten zij zich vooral op de sportieve ontwikkeling van alle kinderen, ook die met veel sportieve mogelijkheden. In oktober 2020 verdedigde Sebastiaan met succes zijn proefschrift aan de Rijksuniversiteit Groningen met de titel *Physical Education: a gold mine for the development of future successful athletes?*  
**Kernwoorden**  
sporttalent, talentherkenning, talentontwikkeling, ontwikkelklimaat

# Afscheidsspeech Stella Salden ALV

**Mijn allerlaatste woorden naar de KVLO. Ik neem als eerste vrouwelijke voorzitter afscheid van de KVLO. Met weemoed, want het vakgebied zit in mijn genen. Wat ik ook doe, mijn achtergrond is mij dierbaar en is belangrijk in al mijn functies en ook in mijn privéleven.**

### Terugblik op 160 jaar KVLO

Ik ben blij dat ik het 160-jarige jubileum van KVLO als voorzitter heb mogen meemaken. KVLO heeft diepe roots. De vereniging begon in 1862 in Haarlem. 160 jaar heeft ons geleerd altijd op onze qui-vive te zijn. 160 jaar KVLO is het verhaal van opkomen voor ons vak. Strijden tegen de beweegarmoede, nooit opgeven maar altijd doorgaan. Ons vak doet ertoe. Het wordt steeds belangrijker in deze beweegarmoede maatschappij. En de school doet daaraan mee: kinderen zitten veel te veel. Het gaat ten koste van hun gezondheid. Het is belangrijk dat bewegen, spelen en sport een plek krijgt in hun leefstijl, in hun vrije tijd. Vakdocenten LO dragen daartoe bij. 160 jaar KVLO is ook het verhaal van onderwijs in een steeds veranderende samenleving. Een samenleving die in toenemende mate wordt gekenmerkt door stilzitten en bewegingsarmoede.

### Ontwikkelingen in ons vak

De laatste 10 jaar is er een groot aantal positieve ontwikkelingen in ons vak:

- eindelijk serieus aandacht voor bewegingsonderwijs op de basisschool (probleembesef door onderzoek en Peil.bewegingsonderwijs, wettelijk verankering uren, lokale vakgroepen);
- ontwikkeling LO als examenvak (LO2, BSM);
- herbevestiging uren criterium in vo;
- leerstoel gericht op leren

regelen;

- groei ledental KVLO met name door inzet op studentleden;
- ontwikkeling KVLO als kenniscentrum, onder andere moderering website en online services, Canon LO, Kennisbank, Lerenbewegenmeten.nl,

beroepsprofiel;

- ontwikkeling en voortzetting Olympic Moves en sportiefste school;
- Curriculum.nu met het leergebied Bewegen en Sport;
- actieve inzet bij cao's en juridische steun met dichten van loonkloof tussen po en vo als mooi resultaat.

Mooie resultaten die onlangs zijn bereikt, zijn: het dichten van de loonkloof tussen po en vo en het wettelijk verplichten van twee lesuren bewegingsonderwijs in het primair onderwijs verzorgd door een bevoegde



Afscheidsspeech Stella Salden





vakleerkracht in 2023. KVLO behartigt de belangen van haar leden en van het vak!

De komende tijd zijn er mooie inhoudelijke uitdagingen, zoals het verder vormgeven van Curriculum.nu en van het model 2+1+2. Als vakwereld zijn wij goed in het verbinden van theorie, methode en praktijk.

#### **KVLO-structuur in transitie**

De afgelopen jaren van mijn voorzitterschap waren zeer innovierend. Het was ook een leerzame tijd met nodige hobbels die veel tijd en energie vroegen. We startten met veel inspiratie samen met de afdelingen, het bureau en het bestuur een nieuwe koers die breed gedragen wordt. We hebben veel werk verzet om verbinding te leggen naar extern, maar vooral intern hebben we gezorgd dat de basis op orde moet komen.

We hebben gekeken naar of het jasje, de verenigingsstructuur, nog past in de huidige tijd. De roots blijven onverminderd van kracht, maar soms moet het jasje aangepast worden zowel qua structuur als cultuur: hoe gaan we met elkaar om in een vereniging? Dat is nodig omdat je deze vraagstukken ook in de maatschappij ziet opkomen. Wat zijn de juiste normen en waarden? Wat betekent goed besturen en goed 'governance'?

Ik hoor vaak, de KVLO is een hechte club. Dat is zeker zo, maar soms zijn er in een hechte club fricties en zijn er problemen ontstaan. Zonder frictie geen glans. Vandaag is er een mooie glans gekomen. Dank daarvoor, maar het is ook belangrijk dat je van frictie kunt leren. Ik denk dat we dat met zijn allen gedaan hebben. De frictie, de weerstand, kunnen we gebruiken om zelf sterker te worden, om als team te groeien. Ik wil een compliment geven aan het bestuur. Met transparantie, openheid en het gesprek hebben we geprobeerd dit op te lossen. Elkaar goed bevragen, naar elkaar luisteren, maar ook elkaar aanspreken als dat nodig is. Steeds vanuit de gedachte dat deze prachtige vereniging het waard is om daar energie aan te verrichten.

Met de nieuwe structuur die voorligt, zal de democratie en de intensiteit met de afdelingen versterkt worden. In de afdelingen zitten kennis, de kunde en de krachten. In de afdelingen worden deze daadwerkelijk vormgegeven. Het is belangrijk om steeds de lange termijn in de gaten te houden en te kijken welke strategische koers nodig is. Daarom is ook een kleinere ledenraad wenselijk die zich bezighoudt met de strategische vraagstukken. Ook omdat de rol naar buiten toe, naar stakeholders zoals OCW, VWS, sportraden en NOC\*NSF en andere partijen, steeds belangrijker wordt.

#### **Maatschappelijke rol van LO**

Bewegen en sport worden, naast voeding, luchtkwaliteit en woonomgeving, steeds vaker onderkend als belangrijke factoren voor een gezonde en actieve leefstijl. Dit geldt in het bijzonder voor de kwetsbaren in onze samenleving. Er is een groeiende aandacht voor preventie. Zorgdragen voor voldoende beweegmogelijkheden op school speelt daarin een belangrijke rol.

De rol van de docent LO op school verandert. Ons prachtige vak op school is méér dan 'nodig'. Leerlingen goed leren bewegen vanuit een pedagogisch perspectief dat leidt tot een introductie en blijvende deelname aan de bewegingscultuur. Preventie start immers in de jonge kinderjaren!

#### **Dankwoord**

Ik sluit af met een woord van dank. Als eerste wil ik alle docenten lichamelijke opvoeding bedanken die zich iedere schooldag inzetten om de jeugd goed, gezond en met plezier te laten bewegen. Ik wil mijn medebestuurders, Engelbert, Goos, Hilde, Miriam en Léon, bedanken voor alle steun in de afgelopen jaren. Het was fijn om met een hecht team alle uitdagingen vanuit gelijklopende normen en waarden te kunnen aanpakken. Ik ga jullie zeker missen. Ook wil ik het bureau bedanken. De directeur Cees en natuurlijk Corry die altijd klaar stonden met een geweldige ondersteuning. Maar ook dank ik alle ereleden en afdelingsbestuurders die ons als hoofdbestuur in onze kracht hebben gezet.

Ik kijk terug op een inspirerende voorzittersperiode. Ik ben er trots op dat ik samen met de fantastische collega bestuurders deze toonaangevende vakorganisatie in de lichamelijke opvoeding heb mogen besturen. Ik wens dan ook mijn opvolger heel veel succes en plezier toe.

**Stella Salden**

# KVLO ONLINE

## Ga naar **kvlo.nl** voor:

- **Ledenportaal Mijn KVLO**
  - **Nieuwsbrief en Nieuwsitems**  
KVLO communicatie verstuurt iedere (school)week de digitale nieuwsbrief Goed Leren Bewegen.
  - **LO Magazine**  
Verschijnt ook digitaal met aanklikbare links
  - **Kennisbank**  
(Praktijk)artikelen uit LO Magazine verschijnen ook op de Kennisbank
  - **Hulp en advies**
  - **Scholing**
- **Websites**  
canonlo.nl  
impulsbewegingsonderwijs.nl  
janluitingfonds.nl  
kvloberoepsprofiel.nl  
lerenbewegenmeten.nl  
olympicmoves.nl  
  
kvlo.nl/sportiefsteschool



Scan de QR-code om naar **kvlo.nl** te gaan



Wist je dat?



Startende docent in het vo

**TOPIC VOLGENDE NUMMER**

## Wat is goed bewegingsonderwijs?